约会倍增术 - 大卫D

来源：http://www.pua1024.com/0/2/

引言

你在这本书里所学到的东西都是我花了几年时间才得到的。

你可以把此书当作百科全书使用。它是一本参考手册，而不是小说。

使用它的最好方法是通读它，找出你关心的部分，着重看你想要了解的想法或者提高的技巧。之后把这些部分抄写或者打印出来，以便重温和练习。

把妹，不像打开电灯开关那样简单。

把妹，就像学习乐器，需要的是练习。

起初也许一切一团糟，而且有时你的练习并没有让你带来提升。

但如果你坚持，最终定能演奏出美妙的音乐。并且你也会创作自己的音乐。那时你会发现，你已经成为了一位大师。 所以坚持阅读这本书，并且把它当作参考手册。经常回头在这里寻找你的答案，重新体会你想掌握消化的部分。最重要的是，在你成功之前，不要放弃本书。

很多人在读书时犯一种错误，在他们没有经历过的时候就简单的认为“我知道这个”。

而你，不要犯这种错误。

在你成功之前，不要放弃本书；坚持多读，勤练。 最后想说的是，如果有什么意见、评论甚至抱怨，可以给我 email。我想知道你的想法。我的邮件地

址是：davidde angelo@doubleyourdating.com

现在让我们开始吧！

第一章 女人不是理性的动物

从对女人的看法开始讲起吧。

我知道，每个女人都是与众不同的。但是女人的共性远远多于她们的个性。那么就从这里开始，我来告诉你们我所发现的女人的共性，然后再来比较女人的个性。（这些思想是我通过研究，测试以及个人分 析得出的。）

对大多数人来说，女人就像中文字谜一般复杂。

因为对于男人来说，她们的行为从来都不是理性的。

我确信的一点就是，女人思考和需要的都与男人完全不同。

一些人无法理解，但这是事实。你越早发现这个，你就可以越早成为把妹达人。

我们对男人和女人感兴趣的事做个对比。

你是否想过女人闲下来时做什么，而男人闲下来时做什么？女人买时尚杂志，看肥皂剧，读言情小说。而男人买《Playboy》，看体育节目，读报纸。

花点时间思考下！时尚杂志、肥皂剧和言情小说有什么魅力？女人为什么会被这些吸引？

为什么当男人试图看肥皂剧或者读言情小说时，却总在抱怨“这真没劲……”？

我告诉你为什么。女人的脑袋和男人是全然不同的。很简单？但这就是原因。

当告诉了你哪些事情可以吸引女人的注意，你就会慢慢学到怎样让你吸引到女人的注意。

1.1 我们的欲望从何而来

花了近十年时间研究心理和行为后，我只能得出我们的大多数欲望、意念、喜好、长处、弱点、行为、 性格特征都是由 DNA 和我们社会属性决定的。在这里我指的既有男性也有女性。

一个人究竟喜欢冒险还是喜欢安逸地在沙发上坐着，很大程度上在他出生时就被确定了。（如果你不 赞同我的这个说法，可以阅读一下Myers-Briggs的《Type Indicator》（性格指标）或者Steven Reiss的《Who Am I?》（我是谁））

在任何情况下，她们都对一些共同事物感兴趣——大多数女人拥有一些明显的兴趣、需要、欲望（和 男人一样，欲望！）、关系以及罗曼史。

你是否尝试过了解她们的性格？你是否注意到有多少女人会说诸如“公主在寻找自己的王子”，“先做 朋友”和“寻找我一生中的灵魂伴

侣”等话，而却几乎没有男人表示过同样的想法?

还有什么?

你是否曾旁听过一群女人在讨论男人？觉得她们在用某种密语交流，并且总是在一些无关紧要的小细节上大花言辞?

你是否又注意到当男人在一起讨论女人时，他们直接表达自己的想法，也绝不会在小事上花费口舌?

还有什么?

你是否注意到过有多少女人会被电视、电影情节紧紧吸引?

对于以上这些，我的观点是：女人的性格在近千（近万）年内都没有改变过。只有表面上的语言和穿着发生了变化，而她们的内心是亘古不变的。

人脑的很多部分都会产生各种欲望。而这些欲望是互相冲突的。

例如，女人希望在生活中需要有安全感的男人陪伴，但她同样希望获得独立感。女人希望得到关注，但又对此装作无所谓。（男人同样也存在着互相冲突的欲望，只是在一些其他的方面。）

所以，当我听到男人说，“我讨厌那些女人编的剧。她们为什么会写出这样的剧情？”

我的答案是，戏剧会同时达成很多目标。它会得到群众的关注，向人们传达情感（情感是会让人上瘾的毒品啊），它是实现自我价值的方式，它的有趣也消释了人们生活中的无聊，它使人们看到一些事情的意义，等等。这些都是使人想去编导戏剧的原因。但男人却无法理解，因为戏剧中表达的都是男人不关心的东西。

这就像女人喜欢说，“我讨厌一个男人所擅长的话题仅仅是体育。”那么体育满足了男人的哪些需要 呢？竞争、肾上腺素、力量、统治……全都是典型的男性的东西。那些表现了男性需求的东西，而女人对 这些绝无兴趣。

1.2 思维的第一次提升

现在让我们迎来我们思维的第一次提升吧：想想你有兴趣的那个女人需要什么，不要认为她们会和你 所需要的一样。

也别以为你可以理性的推测出女人需要什么，因为女人根本就不是理性的动物。理解到这点，对我来 说，已经是思维上的一次巨大提升了。我把妹时做的任何事情看起来似乎都没有原因可循，也显得没有逻 辑，因为我不是女人，我无法去理解这些事。但是再我一次又一次重复这些事后，我发现其实女人是否理 性都不重要。

重要的是，我的方法奏效了！

让我们更深入女性的心理。

在自然界和现代社会的求爱中，通常是女性选择男性。即使事实是

某男选择了某女，某女也心里怀着 是她让他这么做的诸如此类的想法。

那么……如果和女人交谈时，你提到这个问题并告诉她们事实——你们有选择权，这是件很好的事。 这样做会带来极大的效力，因为它是达到了我喜欢的事情的标准——你告诉了女人一些她这一生从来没有 听其他男人说起过的事。我喜欢说一些女人从来没有听过的事。因为使女人闻所未闻，会让她们觉得我很 不同，这对把妹是很有利的。

当我和女人说，“我会告诉你一些其他人从来没有告诉过你的事（关于你的事）……”时，她们立刻 变的非常专心并几乎要从椅子上站起来，迫不及待地听你说话。而且如果你告诉她们的事情确实是见解独到而深刻的，她们会认为你是通灵者或者类似的人（女人对这种洞察力确实非常感兴趣）。

我个人观点是：如果你可以帮助别人得到对一些事情的深刻见解，他们不仅仅看到你所告诉他们的事 情的伟大之处，更会把你认为是导师、教主一类的人物。无论你告诉他的这种见解从何处得来，只要它是 这个人从未想过的，它就有这种神奇的作用。（对她来说，她也会对这种见解深信不疑。）

一个常见的例子，你可以尝试对一个看起来清高的高分女人说，“宝贝，你的外表却没有欺骗到我”。 她会说，“你在说什么？”。你可以告诉她，“我想大多数男人都会认为你是一个以自我为中心的冷美人。 但我想有些事情他们却看不到——那是你的另一面。大多数人都无法看到的你的另一面。作为一个才认识你不到 5 分钟的人，我想我却看到了一些别人都看不到的事；不相信的话，我想我们可以来打

赌。……（稍 后）……你在努力掩饰，但你的内心却非常感性。当别人贬低或否定你时，你会装做毫不在意的样子，但 你会在回家路上一直思考他的话。其实你就像小女孩一样感性，只是你试图把它隐藏起来了。所以大多数 人从没有发现过这部分的你。”

这些话会在她心里激起极大的波澜，不久你就会发现她的冷酷的外表融化了，在你面前出现的是另一个她。这时，就很容易继续你的搭讪了，讨论诸如女人是怎样对待男人的，告诉她你是一个可以读懂别人 的人，所以不会被她刻意伪装的外表所欺骗。当你做出两到三个令她深信不疑的论断之后，你就会发现这 个女人开始对你示好，不再会把你丢在一边不理睬。（当然你这时仍然要表现出你的自我感，不希望被人缠着，但是她会一直跟着你了！）。成功。

1.3 这只是个游戏

女人认为搭讪与被搭讪只是一个游戏。大家互相闲聊而已，只有在被要电话，例如“为什么不告诉我你的电话呢，这样我就可以喊你……（出来玩等等）？”，这时她们才拿出自己的标准。

我知道大多数女人在周末出去玩时都抱有这样的想法，“我根本没想过在夜店会碰到什么白马王子， 我只是很享受被众人关注的感觉，这让我更有自信。当然我喜欢别人请酒，喜欢和女友跳舞时卖弄风骚，喜欢那种男人被吸引、拜倒在我面前的感觉，等等。”

1.4 为什么女人会被名声、金钱及权力所吸引

以我的观点，女人会被名声、金钱、权力这样的事物吸引，因为她

们由于基因或是社会原因导致有一种不自知的感觉：男人比女人更有智慧，更有趣，可以给予女人她们喜欢的生活方式，最重要的是，可以给予女人她们需要的感觉。在Robert Cialdini的《Influence》（影响力）中，他提到被称为“光圈效应”（Halo Effect）的心理学原理。人类会很自然的认为，那些富有吸引力、有权力的人会更加聪明、更值得信赖。

从少女时代起，女人就在心中存在一个白马王子的形象；她希望能遇上这样形象的男人。似乎应该感谢迪斯尼，他们让女性更加坚信童话的存在。

总之，我只想让大家意识到，有钱有权有名的男人从和女人认识的开始，就拥有先天的优势，以至于女人甚至会在他身上看到一些根本不存在的优点。但是，如果你明白如何获得女人的关注以及怎样给予她需要的感觉，在她面前，你也拥有了和那些富有男人一样的优势。

高大英俊的人，或是富有名望的有钱人似乎在女人的情感电路中有先天设下的开关，他只需要轻轻按动按钮，就可以在女人心中激起感情。那么如果你既不属于有钱有势，也不算高大英俊，你就需要学会如何在女人的情感电路中安装好这样的开关。一旦拥有了这样的装置，你就可以轻松引发她们的感觉。值得庆幸的是，想控制一个女人的情感并不是一件难事，而控制男人的情感却难如登天。

当女人对你的兴趣达到一定程度时，她们就开始在意你能给予她们什么样的感觉。即使你不理解这是 什么意思，你只需要把它当做真的，相信它。你必须表现出你的自信，你会是一个女人的最佳人选，你的 存在会让她感觉非常美妙。

女人会发现你的自信，并且对它有所回应。

先问问你自己：

“我应该以什么姿态走路，才会获得女人的好感？”

“我应该如何说话，才会获得女人的好感？”

“我应该有哪些与众不同的表现，才会让女人觉得我就是她们的那个梦中人？”

找到答案，然后开始这么做。当你和女人交谈时，想象她们一定会被这次交谈所吸引。这样想，你就一定可以做到；当你做到时，女人也会认为这确实是一次美妙的交谈。

1.5 女人不为人知的一面

在外表之下，所有女人都有自己的阴暗面或者称为潜在的想法。

这个潜在的想法就是，她理想中的男人需要对自己、对生活、对她都有控制力。

但她们绝不会承认这点，甚至对自己也不承认。

但她们的这种潜意识的的确确决定了她们究竟需要什么。她们内心对软弱的人（尤其是男人）蔑视；这样的男人尝试给予她们她们想要

的一切，但结果却是：在她们和女伴交谈时只会提到，“哦，他只是我想要什么东西时利用的工具而已。”

对于礼物或是男人给女人买其他的东西，我的经验是：大多数女人都喜欢接受这些东西（甚至通过一 些手段来取得东西），但是女人却一定不喜欢那些给予她们过多的人，并且在心中失去对他们的尊重。

事实是，尤其对于一些受欢迎的女人来说，她们的目标只是希望得到男人的讨好，取得她们所要的东西（最糟糕的情况是，她们采取一切手段来获得）。我想再次重复，这就是她们的目标。而男人不知道或 者知道后却不愿意相信这个，因此女人频频得手，达到自己的目标。

（另外我想说的是，大多数女人在内心对她们的美貌却有一定程度的不屑一顾。在潜意识中，她们却希望能远离这种她们拥有着美貌的真实生活，因为对于她们来说，被男人接近更多是因为她们的外貌，而不是她们自己。向女人揭露这个见解，也是非常有杀伤力的。再后面我会详细谈到。）

男人总是表现得如同马屁精一样，因为他们害怕女人感到不安、反感而离开。但事实是，他们这样做， 却使女人更容易离开。这就是与自我实现预言理论的悖论之一。当女人哭泣要什么东西时，男人总是想，“我应该过去讨好她，不然我会失去她的。即使这么做很荒谬，我也必须这么做……”

但事实上这样做，对她，对你，对你们的关系都是不好的。不要纵容女人像个小孩子一样（act like a Brat, 译者注：向人要求一些其实

并不需要的东西，必要时用哭泣、唠叨、尖叫等手段，当得到它时也不会表示 感谢，反而对它提出一些苛刻的评论），应当用冷淡近乎无情的方式对待她。

虽然这与你的直觉相悖，但是我得再次强调，我们是和女性打交道，而她们不是理性的动物。她们各种行为的原因太复杂，无法推测。

正确的解决方法是，不要去讨好她，就像其他人一样对待她。做的与那些希望通过讨好而接近她的人不同。让她们自理其事，就像你对待你的男性朋友或者家庭成员一样和她讨论各种问题（用“我把你当做朋友，我这么说是对你好”的语调，就像你在对待一个普通朋友），与她们调笑打闹；这些是你所该做的，让其他男人去讨好她们。从另一个角度来看待美貌，比如告诉她美貌是一种负担，让其他人没法看到真实的她，让每个结识的男人都想马上和她上床，让她没法提高自我价值。

有时候也有另一种情况，女人为了钱和那些讨好他们的有钱人上床，或和对她们并不好的帅气小伙上 床，只是为了满足她们的生理需求。

但除此之外，对于一个能照顾好自己、赚到足够舒适生活的钱的普通人来说，骄傲、坦率、富有挑战性、自信、风趣、有控制力，才是重要的。这样的男人如果能做到不去讨好女人，他对任何女人来说都是个挑战（女人喜欢这种感觉）；这样的男人往往比其他类型的男人更容易赢得女人的心。

这两类男人的区别是，前者不仅仅让她感兴趣，对她来说更是一种挑战（这是并不是女人经常体验到 的感觉）。一个学会这样做的男人，不仅可以得到她的身体，更得到她的兴趣和偏爱。同时这样做，使她 陷入了你的节奏，而为你赢得了整个事情的控制权。

注意：如果我的这些观点对你来说无法理解、或者无法相信，我建议你去商场，找一些美女，给她们 看这本书上你所不相信的内容，然后让她们告诉你是否准确。如果你天生多疑，即使她们告诉你这些内容 确实准确，你也不会相信。我问过很多美女，几乎所有人都告诉我，我的这些想法是正确的。

你也需要知道，在这个世界上确实有些被上帝垂青的人，他们拥有相貌、名声、个性等等一切吸引女 人的特质，这使得女人会很自然地对他们敞开怀抱，接受他们。

如果你是这些幸运者的一员，那么恭喜你！

如果你不是（我也不是，所以我能理解你的想法），那么你就应该学习如何深入女人的心思，从而诱导她们向你敞开怀抱。也许这需要花上你数分钟甚至一小时的谈话……但是如果你学习了我将教你的这些 技巧后，你是一定会获得成功，让女人反过来向你投怀送抱。

记住，条条大路通罗马，达到这种吸引也有不同的路。有捷径，也有富有挑战、需要更多技巧的较长 的路。但是，只要你学通了这本书，你就一定是成功者。

1.6 潜在的动机

我们需要从客观的角度找出男人和女人的不同之处，我认为这点是非常重要的。

记住一点，女人的每一个想法和行为都隐含着一些潜在的动机，即使你感觉它无足轻重。做刺激的事情是为了引起别人注意。嫉妒是为了保护某种关系。测试是为了确认男人是否认真、是否愿意投入尽力。

所以，既然你打算通过努力学会如何把妹，那么记住不要以个人的观点看待问题。当你遇到测试、刺激的事或者其他一些你不理解的事情时，不要泄气。它们属于这个游戏的一部分。

我认为在表象之下，男人都在试图寻找可以给予他们性的女人，而女人在寻找可以给予她们忠诚和承 诺的男人。这种潜在的动机从古至今未曾变过。双方相异的目标表示着明显的利益冲突。

你需要做的只是意识到这种冲突的存在，并且时时处处都考虑到它带来的影响。

而且，你绝对不要从个人的角度看待问题，而应当从公认通行的角度来看待。因为男人被这个相同的问题困扰已经很久很久了。

第一章必背要点

· 不要认为女人需要的会和你一样。

记住这是生物遗传造成男性和女性思维的差异。

不要让它困扰你（几乎 99.9% 的男人会困惑于此），而应当学着利用它，将了解它作为你的优势。

· 相比于相貌、金钱和权利，女人更在意的是你给予她们的感觉。

如果你能想到这点，那么你也会试图给予女人她们期待得到的感觉。 通常的情况是，当男人没有被女人的身体吸引住时，女人是无法左右他的感觉的。 对我们来说幸运的是，女人并不和男人一样。男人在一开始和女人接触时就可以左右她的感觉。 男人可能不高，不帅，也不属于有钱的一类人，但却可以给予女生和同样有效力的好感。

· 你会考虑是否选择她，而不要考虑是否会被她选择。

让一个女人知道你对选择恋人是非常挑剔的，这会使你在女人心目中形象大增。 大多数人都会勉强认可他们可以得到的东西，但这在恋爱上不可取。只有你让一个女人知道你在考虑

她是否合格时，她才会尝试一切给你留下好印象。

· 不要为女人做让自己掉价的行为。

女人已经习惯于让男人去讨好她们，做一切事情去尝试取悦她们。男人这样费力讨好的结果却是，他 们自己被逼疯。

当女人遇上自己似乎感兴趣的男人时，她们想立刻知道这个男人是

否也是那些她无法深交的马屁精中 的一员。

她如何知道? 通过测试。

粗鲁的态度，喜欢唠叨抱怨，或者直接告诉她你无法给予她她需要的东西——这些都会让她离开。 所以维护自己的尊严和形象，不要为女人做任何让自己掉价的事。

她也会为此感谢你的。

· 不要试图用礼物和恩惠来收买她的心。

如果过早地约女人吃饭、赠送她礼物，只会让她认为，这个男人正在试图收买她的心。 女人会把这看做一种手段……同样也看做缺乏自信的表现。

好好记住它吧。 自信的男人甚至不花分文就可以轻松取悦女人，女人恰恰喜欢这样的男人。

如果你为女人花费过多的钱或是为她做了过多的事，你几乎是在告诉她，你的钱包是你唯一可以向她 提供的有价值的物品。

这样不好。

第二章 我是如何发现把妹要诀的

2.1 庆幸自己是男人

在多年学习研究和尝试各种事情之后，我慢慢发现了一个针对把妹达人的阴谋。

它在我们的文化中普遍而真实。

我来解释一下。

我认识的大多数男人都有这种感觉：同时和几个女人睡觉，从某种意义上来说，是错误的事。（当然我指的不是3P这样的事，而是说平常的约会，不过你的对象是2个女人而不是1个。）

但大多数女人对于这个想法，却有非常坚决的意见，而不仅仅是男人那样的“感觉”。女人会直言不讳地告诉我，她们认为男人同时和几个女人来往是件非常不对的事情。

当她们谈论到这个时，你可以观察她们的神情，注意她们的声音变化。这些都会告诉你，她们对此有立场坚决的看法。

如果你明白了我在讲什么，请点头称许。

再之后通过我的日常研究我发现了，一夫一妻制在这数千年内是如何形成、传承，以及如何在统治者或宗教的推动下被我们接受的。

我在这里不想谈的太偏离本书的主题，但是我觉得告诉大家我们对一夫一妻制的认可是如何形成的，是很有帮助的，这也会解放我们的思想。

继续。

在上百甚至上千年前，各个地方的统治者都拥有数量巨大的后宫。后宫中的女人被严加管制，除了统治者外，其他男人都不允许与她们接触。若是和后宫中女人偷情、事情败露，不仅仅赔上你的小命，连你的家人和村民也难以幸免。（这是多么大的风险啊）

统治者把这么多女人归为己有，不仅仅为了在做爱时有更多可选择的女人，也是为了向别人展示自己的繁殖能力（译注：R价值）。统治者通常会选择最适合的女人，花更多的时间和她们在一起，增大她们怀孕的几率，由此让他们的基因传递下去。

那么统治者是如何保护他们的后宫不被其他男人侵扰呢?

没错，正是他们立法确定一夫一妻制（当然他们不需要遵守）。

那时，由于后宫的庞大造成了男女数量的不对等和女人的缺乏。于是法律就不允许已婚的男人发生婚外的性关系，由此在暗地里维护了统治者的后宫。

之后，宗教开始占据了重要的位置。

大多数宗教都提倡禁欲，认为性是邪恶的，把性称之为通奸，从各种角度阻止它。

我曾经听一个聪明人说过，“宗教依靠剥夺人们的自然需求（生存和繁殖）来完成自己的生存和繁殖。”为什么？当你与你的内心欲望在激烈斗争时，而上帝是唯一让你从这些“邪恶”的念头中脱离的方式，你就会对宗教服从、任其摆布。

当你想让别人跟从追随你时，你要做的是：首先让他们疑惑，然后向他们证明你有办法让他们脱离这种迷惑状态。就这么简单，宗教就是这样做到的。

最后我们来讨论女人。让我们感兴趣的话题。

从经济的观点来看，女人如果放任自己的男人在外面和其他女人做爱，是毫无利益的。因为她只能怀孕一个孩子，也只能抚养不多的后代。所以让自己男人在外面到处留情种，对她是百害而无一利的事情。

当忙于四处留情时，你既不会工作也不会帮助家务。更糟糕的是，你与其他女人的孩子到会分散你的精力和收入。（让自己男人和其他女人睡觉，是没有好处的。我并不是说女人的这个想法是错的，我只是希望你能从她们的角度来看这个问题。）

所以任何可以巩固一夫一妻制的事物（像宗教）对女人来说都是有益的，因为它们符合女人的想法和感受。

现在我们来讨论男人。

我的研究让我相信男人也希望忠实于一个女人，但是当出现和其他女人睡觉的机会时他们也不会错过。如果你不相信，我没法强求你；不过建议你去看看Matt Ridley的<The Red Queen>，也许这本书会让你信服这个观点。

和很多女人睡觉，会给男人带来哪些优势呢？（至少对他们的基因来说）

首先，这不需要花费多少精力，也没有多少风险。

我认为男人天性就喜欢到处寻欢作乐。（不过我应该提醒一句，也有人天生就喜欢吃甜食，但这不代表他就应该吃甜食，因为这会让你生病，甚至死亡。）

知道这些以后，我想你应该问问自己：

我对一夫一妻制有什么想法？

我为何有这样的想法？

我喜欢我的这些想法？

我的这些想法与我内心的欲望冲突吗？

看了书上这些观点后，我会改变我的哪些想法吗？

那么从现在开始，在任何情况下，相信并坚持你的自然欲望和对女人的吸引。（当然我说的都是合理的欲望和吸引。如果你想去伤害女人，勾引未成年少女，等等，我劝你还是行行好，去心理医生那寻求帮助。）

但是如果你和我一样，看到了这么一堆观点后发现虽然你已经理解了它们，但它们却并不实用，那么我们继续，换个角度来思考这个问题。

我的观点是，和多个女人睡觉并没有违背宇宙的规律，而且对于我来说也没有伦理上的困惑。出现对已有事物的反对通常是为了保护和控制旧的事物，而不是解放。我还要提出的一个观点就是，把你的观点诚实地告诉别人是很重要的。没错，告诉女人你的这个观点。根据我的生活经验，我有过不少长期的女朋友；如果我告诉女人我是一个可以信任的人，那么我就会成为一个这样的人。

如果我单身，我会尝试和尽可能多的女人约会，这没有什么错。（当然，要注意可怕的病毒、疾病还有那些喜欢在你小弟弟上跳舞的虱子。自己做好决定。）

我发现如果你尝试向女人讲上面这些观点，你应当让她们觉得她从来没有从这个方面来考虑事情。我的经验就是，女人确实喜欢男人这样讲述事情。女人喜欢男人对一些有争议的话题夸夸其谈，而不是对自己的看法遮遮掩掩。你应该记住我所说的，“庆幸自己是男人”。

如果你表现的很有主见，而且对自己出口的任何话不轻易后悔，别

人就会看重你。而如果你讨论问题小心谨慎，还时时处处看着她的表情行事，你只会被认为懦弱和没有安全感。

我认为大多数女人都会接受那个真实的你。如果你的行为言谈并不反映那个真实的你，你也无法获得女人的尊重。

2.2 我的故事

在几年前我做了决定，开始深入如何把妹和pua的领域。我下定决心，并向自己和朋友保证，我一定会尽一切努力，挖掘出pua的真谛。（Napoleon Hill在<Think and Grow Rich>的第一章中讲到我的意向。）

我先讲讲我的一些背景故事：现在回想起来，我才发现曾经的女朋友对我是如此重要。能有这样的女朋友，我觉得自己很幸运。

但是那时的我从来没有尝试过去接近我不认识的女人，我可以在酒吧里坐上3个小时偷偷地瞄让人心动的靓妹，却没有勇气过去和她搭讪。现在我快30岁了，身高1米75，体重72公斤。我认为我相貌不错，当然也不至于走在路上会被人搭讪。（我这么说，只是为了让大家能尽可能准确地认识我的自身条件。）通过勤学和勤思考，我也算做到了让自己充满吸引力。

我最初决定开始研究pua时，我并没有打算让我的生活发生陡然地变化（比如去酒吧夜店开始无止境地搭讪，或是想籍此而出名，等等），我只是希望通过学习和研究让我提升自己的人格魅力和表达能力。换句话说，我研究pua，并没有把它看做是一种诡计花招。

根据我以前的经验，想在某方面有所得就大概需要花2-4年的时间。我指的有所得大概是完成学习并有详细的了解。例如武术，乐器等等。（你可以在Leonard的<Mastery>的第一章中找到关于这个问题的更多描述。）

在学习过程中你会体会到各种细小的成功和乐趣，但经验告诉我想完全掌握一项技术或能力，你确实需要付出2-4年的时间。

要成为一位大师人物，大概需要花费2-4年。

如果想成为天才一般的人物可能更需要花费10年以上。

讲这些我只是为了告诉大家，为了达到我现在的水平，我花费了若干年，现在我达到了我当初定下的目标——变得自信，而且在女人面前得心应手。所以我建议你，把学习pua当作长期的兴趣而不要指望它能快速地帮助你。不过它确实值得你投入长期的精力。

如果你真的很懒，又想走捷径，你也可以参照本书，去尝试书上讲的每个技巧。但你会发现，这本书其实更适合那些愿意长期投入努力、练习的人。

2.3 尽力提升自己

我曾问自己，“如果我就是我所喜欢的那类型的女人（我喜欢聪明的超级美女），那么我会希望和什么样的男人在一起呢？”

之后我开始阅读书籍，听讲座，甚至参加培训班。通过学习，我开始改善自己的形象。

我认为，我们应该尽努力做任何力所能及的事来提升自己。

我的观点是，如果你的牙齿不漂亮（只是举例而已），这不并妨碍你的穿着得体、帅气。所以尝试做一切可以做到的事来改善自己的形象。

去做个好的发型。（你可以直接问发型师你适合哪种发型，让他帮你搞定。）

买流行时尚的衣服。（不要说你没有钱。上eBay或者Nordstrom Rack，把各种款式的衣服都浏览一遍。我最开始就是这么做的。）如果你完成了这些对于改造你的形象的关键的事，即使你的吸引力没有增加，至少不会再让女人因为你的形象而对你避而远之。

注意：如果你想学好把妹，你最好现在就意识到个人形象的重要性。如果你不想花大量时间进行锻炼，但至少你得保证自己的身材。如果你没有白净完美的牙齿，但至少得保证牙齿清洁，口中无异味。等等。

我的个人观点是，如果你的现状是身材太胖，懒于梳洗，等等，这些都是在你的控制之中，随时可以改变的。你需要为自己改变过去的习惯和做法。如果你不能做到，我只能说你是一个没有自尊心的人，我想我也无法帮助你。

女人往往比男人更注意到细节。她们会注意到你的皮带和鞋子的搭配是否合理。进餐中，她们会注意到你喜欢吃什么样的食物。总之，女人会注意到所有细节，所以你应该对自己生活和形象上的所有细节都给予足够的重视。

所以，你应该开始去了解自己适合什么样的鞋子，如何穿戴会让自己形象更好，衣服和颜色该如何搭配，等等。它值得你投入精力。

当我开始学习这些时，我也不敢说自己酷；但现在我至少知道怎么打扮会让自己显得很酷。这是巨大的差别。（我也不是说，如果你穿Nike运动衫还配上乱糟糟的头发，你就绝对不会获得女人的吸引。因为有句俗话，“瞎了眼睛的猪也有找到食物的一天（傻人有傻福”，但记住这只是偶然的。）

不过，也绝对不要过分打扮。

当我开始学习注意自己形象时，我打扮得比较过分。不过现在，我的穿戴相比随意的多，不过同样得体有魅力。我喜欢穿Calvin Klein的T-Shirts加上黑色的牛仔裤和黑色的鞋子，类似这样的风格。大多数情况下，再配上一件皮外套也是不错的选择。这样一套衣服也并不会花费多少钱。

对于个人形象，我的意向是：一直努力提升自己，每一个小细节都不要放过。

例如，我注意到几乎我每次出去玩，都有女人找我借过打火机。而我总是回答，“我不抽烟”或是“没有打火机”。不过几周前，我突然想通

了，跑去商店打算挑选了一个没有见其他人拿过的造型不错的打火机。我买了一个可以产生巨大火花的打火机，那火光甚至让人感觉像焊枪的火光。那么你可以想想，我有了这件道具后，再被女人借打火机时，会有什么不同呢？没错，我可以想到她脸上的惊喜，和之后自然的交谈。

这里我给出一个列表，你可以对着这个列表来改善自己：

*保持指甲短、干净、整齐

*除了头发，其他地方的毛发都应该处理掉或者至少修剪整齐。鼻子和耳朵中的毛发是禁止的，过浓的眉毛是禁止的，甚至过浓的私毛也是禁止的。

*保持牙齿干净。准备一个刮舌器，经常使用它。必要时洗口。把看的见的坏牙齿处理好。

*洗澡时至少把身上洗三遍。灰尘和体味不是简单冲洗就可以洗掉的。尤其在你出门与女人约会前，至少把身上彻底洗三遍。

*准备一瓶除味剂（我不喜欢防汗剂，因为它们会堵塞淋巴系统）。

*保持脚、鞋子、袜子干净。绝对不允许有臭味。

*选择合适的香水。你可以尝试这些牌子的男性香水：Dloce and Gabanna, Cerruti Image, Gaultier。不过不要喷太多香水。和女人约会前1小时，喷一两下就足够了。

再次提醒你，女人会注意到你形象的每个细节，所以对自己形象的任何一点细节都不要放过。

2.4 关于自我印象

对于自我印象、自信、人格魅力以及其他无法触摸到的东西，我把它们看作是对自己外在形象的加固和支撑。下面我会先告诉大家，我是怎么看待自我印象的，之后再讨论我是如何具体创造这个自我印象的。（不得不说的是，这是这本书最重要的部分。我的所有成功都是源于我的态度和自信。所以这部分是你必读的部分。）

2.5 态度

当我最开始考虑该如何与女人搭讪时，我内心总有一种想法，“我很害怕紧张而不敢走向一个陌生的女人和她开始交谈。”

我设想了搭讪时可能出现的糟糕的情况。

“如果她男朋友在附近，看到她被搭讪可能会嫉妒并因此揍我一顿？”

“如果她对我打枪，这会让我感觉很不爽？”

“如果她会不会告诉她的朋友关于我的失败的搭讪？”

所有这些念头都在我脑海中翻腾，让我产生了对搭讪的恐惧感。

不过后来我就明白了，其实我恐惧感都是没有必要的，所担心的情况也是和女人搭讪中根本不会出现的。最近几年，我搭讪过的女人大概有数百之多，但从来没有（是从来没有！）遇到过上面担心的那样的情况，也没有出现我很难应付的情况。

之后我又意识到了：对每个女人搭讪都是不同的。确实有些女人在你搭讪的时候她是不想与任何人交谈的。

有些女人同性恋，对男人没兴趣。

有些女人婚姻幸福或者有个优秀的男友，暂时不想与其他人交往。

有些人被搭讪时恰巧心情不好。

而有些人天生性格冷漠。

我估计大概在100个女人中，有30个是容易搭讪认识的（当然你得有个浪漫的搭讪方式）。

而另外的70个至少在被搭讪时，是不想与其他人交往的，这也注定了你的搭讪会失败。

而在这30个容易搭讪的人中，大概也只有15个条件优秀、对人友好、令人愉快。你猜到我想说什么了吗?

如果你想学会搭讪，你就需要知道明白，你搭讪过的一些女人没兴

趣理你，并不是因为你做的不好，而是在你搭讪的时候她们并不想认识任何人。有些人过分地把搭讪的失败，认为是自己做的不好。与其因此紧张不安，还不如直接找到下一个目标继续搭讪。我认为这是更好的方法。

另外我还意识到一些事情，我认为它们对我帮助很大，我也应该告诉你们。

女人大多都喜欢被人接近，喜欢调情和被搭讪。即使一些你认为很普通的没有任何出挑的女人，她们也期待着被人搭讪。所以搭讪时，并不是要你立刻吸引住她，或是让她有些从未体会过的感觉；你只需要很自然地过去和她搭话。也许对你来说，和一个陌生女人搭讪不是那么自然，但对于她来说，这不是一件奇怪或者说是她不喜欢的事。

记住，如果女人对搭讪表示的毫无兴趣，那么她在那时很有可能对所有人都毫无兴趣的。当然，也可能你不是她喜欢的型或者你的风格又恰巧是她所不喜欢的一类，但是无论具体是什么原因，都不是大问题。

你需要做的，只是继续和其他人搭讪。

当我开始我的学习pua的路程时，我和朋友确实遇到过一些似乎很糟糕的搭讪经历。但现在回头去看待这些事，却觉得它们很有趣，甚至我们以此为乐和对方开玩笑。

所以我开始觉得，其实被女人冷淡地拒绝其实也是件很有趣的事情。我和我好朋友间经常有这样的谈话，“嘿，你还记得上次我在商场

和一个女孩搭讪吗？我只向她说你好，但她却告诉我，她不会和一个穿得像Pee Wee Herman一样的人约会！哈哈（译注：<ee Wee Herman>美国一出谐趣剧，剧中人物以打扮夸张而著称）”

如果你觉得你在哪次搭讪中表现的过于失败，可以尝试把它告诉你的朋友。他们不会让你过于沮丧，至少他们让你发现那次搭讪确实很好笑很有趣。（如果你的朋友都无法让你做到这点，那么看来你还需要认识些新朋友。）

关于态度，我另外要讲述的一点就是，不同的女人喜欢不同风格的外貌、性格。也许有的女人喜欢穿着西服领带的男人，而有的女人却喜欢穿的像搞摇滚的坏小子一般的女人！所以无论你的风格是什么都保持它，不要因为有些女人不喜欢而改变。

我认为在个人风格上，最大的成功就是有些人会讨厌你的风格。（因为这样才说明你真正具有了自己的明显的风格。）所以，当你找到适合自己的风格以后，不要轻易改变它，除非你确实想改变。

2.6 成功全是由于你的技巧

遇到问题了呢？你只是需要一个新的技巧。

如果遇到了生活中不顺利的事情，你也只是需要一个新技巧了。

几年前我就发现有些人在省视自己后，会说“我觉得我有什么地方做的不好。我不知道为什么。也许我确实不会做。”

但事实上，并不是他们有什么不好的地方，只是他们需要学习一个或者一系列技巧来把事情做好。

与女人约会就完全依赖技巧。如果你在任何方面遇到了困惑，你只需要学习新的技巧来解决它。例如，如果你约女人出来玩，有时候却发现她们对此毫无兴趣，或是口头答应了你，实际却放了鸽子。解决方法：新的技巧——你需要学与女人成功约会的技巧。

把妹的过程可以分为很多局部、很多细节，它们相互影响决定你的成败。也许你已经知道其中一些，你也会在这本书中学到另一些；但你如果弄错了一些关键点（像该何时以什么方式亲吻女人），你仍然会在把妹的过程中碰到麻烦。

再次提醒，如果你遇到了麻烦，就意味着你需要学会技巧来解决它。你应当反复告诉自己这一点，提醒自己牢记，如果碰上什么问题可以回到本书来寻找答案，再进行练习直到你掌握了这个技巧。

开始学习pua时，我基于NLP（神经语言程序学）和时间线疗法开始对自己进行创造自我印象的练习。（你可以阅读Richard Bandler和John Grinder的<Frogs Into Princes>，或Tad James的<The Secret of Creating Your Future>来获得这方面的信息。）

下面这个练习方法曾经对我帮助很大，我在这里向大家分享：

先闭上眼睛，想象一下自己想成为一个什么样的人，在头脑中构造出一幅自己的自画像。我想象自己会如何穿戴，脸上是什么表情，甚至站着时的姿态……等等一切细节。然后在头脑中把这幅画抛向天

空，想象这幅画突然变作无数幅画从天空中像雨点一般洒下来，落在我周围；在我的视野里全是这样的画像，它们落下来，落入我的过去和将来，把我围在中间。这样的练习似乎听起来很傻，但它们能有效地在你头脑中造成印象：你想成为一个怎样的人。

我专门研究过的一个方面就是被称做“内心对话”或是“自我对话”的心理活动，简单的说就是你在头脑里自己和自己讲话。大多数人整天都在和自己讲话，但人们通常消极地与自己讲话，而不是积极地。在我看来，消极的自我对话是造成不自信、易放弃、对事情缺乏尝试的勇气的主要原因。

如果你反复向自己提到一些事情，你就会不自觉的相信它。这种新建立的相信会在头脑中出现，并且影响到你的自我对话。

根据自我实现预言，经常消极自我对话的人通常也有消极的想法。如果你是这样的人，那么从现在开始改变。

也许我是第一个告诉你这些理论的人，所以它们听起来有些奇怪，不是那么容易被接受。或者，我讲的这些你也曾经隐约感觉到过，不过没有谁这么系统清晰地告诉过你。所以，知道这个理论之后，你应该对自己许诺，从今开始让自我对话变的积极而有鼓励性。把积极二字写到日程表上，或是给自己发电子邮件。总之做一切你可以做的事，让自己记住：当你对自己讲话时，以一种积极、友善的态度。

如果你属于那种天生消极厌世、质疑一切的人，觉得一切事情都比你想象的糟糕、周围人都犯各种让人讨厌的错误，那么请你把这本书从你的硬盘中删除吧，甚至可以给我发email来索取赔偿。因为既然你

已经打定主意要消极地对待自己，我也没兴趣来帮助你。那些消极看待一切人是我不想接触到，他们的消极也是这本书无法改变的。

相反，如果你是那种愿意尝试新事物，接受我的意见试着对自己说，“我肯定能做好某事，只要我决定去做”或“如果我真的想改变，我就一定能改变自己”，那么我想你一定能成功。

成功的关键就是，保持乐观的心理，以积极向上的心态与自己对话。

这里向你提供一种练习方法：拿出一张纸，写下你关于自己抱有的负面的想法，所有你对自己说的消极的话，以及你认为积极的想法能帮助到你的各方面。然后，写下那些你对自己说的积极的话，然后大声读出它们。反复做这个练习，一直到你发现已经不愿意和自己说那些消极的话为止。我几乎花了几年时间不断进行这个练习之后，才觉得对自己满意了；也许你也要花这么多时间。不过相信我，它值得你这样做。这个过程将会提升你生活中的各个方面。

另外，经常在头脑中想象成功的画面、预演成功的情景也是很重要的。比如在你睡觉前，在头脑中想象一下你在面对不同女人、面对不同情形时，你会怎么做；像放电影一样，在你心里把一切彩排一遍。心理预演对自己想做什么事时是很有帮助的，建议你尽可能多的进行这样的练习。

如果你能常进行这样的心理预演，可以每天把我教给你的东西在脑袋里以这样的方式练习直到完美，你一定会看到自己显著的提升。如果你没有这样练习，也许在机会出现时你会怯场或是担心我是否会把

事情办砸。所以，勤做这种心理预演的练习。

2.7 心理状态

最后我想将提到心理状态的概念。心理状态的概念很容易懂，就是在某时刻你的感受。

你可以想起让你觉得高兴和兴奋的时刻吗?

你可以想起让你觉得强大和精力充沛的时刻吗?

如果可以想起这样的时刻，你就可以在任何时刻有同样的感觉——即有同样的心理状态。大多数人并不喜欢回忆以前发生的让自己高兴的事，因为他们总是想，“即使因为回忆而高兴，但这又不是我现在的真实的感觉，只是我想象的。”我想告诉你的是，虽然你是在想象它，但是它确实改变了你当前的心理状态。当你需要的时候，你可以通过这种方法调整好自己的心理状态；这样做远比你什么也不做，而期待生活中碰巧发生些让你高兴的事有效。

那么怎样通过有效的控制自己的心理状态呢？我给出一种方法。

写下三种你想让自己任何时间可以都进入的心理状态。然后为每一种心理状态写下三件曾经发生的可以让你回忆起这种心理状态的事。之后闭上眼睛，想象你自己正置身于你写下的事中，摸索自己的感觉，也就是慢慢寻找你想得到的心理状态。同时，你在做一些特别事来与这种心理状态挂钩。比如说，如果你想掌握强大和自信的心理状态，你一边回忆曾经发生的事情，一边噘起嘴唇急促地呼吸。

当你完成这个训练之后，任何时间只要你闭上眼睛，一边急促地呼吸一边想象强大和自信的感觉，你就会很轻松的进入那种心理状态了。完成这些训练后，就如同为你自己安装了一个按钮，只需要轻轻按下，你就能获得好的心理状态。

再之后，你应该在各种场合下尝试让自己进入这三种心理状态。你可以去各种地方，当作娱乐一般让自己进入这些心理状态中。也许这会花费你不小的功夫来掌握这种能力，不过一旦你掌握了它，你就可以在任何时刻让自己变的积极自信。（想象一下，当你胆小或害羞而不敢去搭讪的时候，用这种方式是否会有很大帮助？没错，它能让你变的自信）

同时我想提到的是，我有写日记的习惯，我记下学习和做过的每件事。所以我很轻松可以回忆起自己的各种心理状态，并对那些对自己有用的心理状态进行以上的训练。

2.8 向别人学习

在研究pua过程中，同样重要的一点是与周围可以接触到的把妹达人来往。这是重要的一部分。我想把我成功的原因很大程度上归结于那些向我亲身展示搭讪把妹技巧的朋友们。亲身展示与书或者录象、培训班都不同，它是发生在现实生活中的鲜活的例子。以我的经历来说，我现在的水平不是来自于哪本书上或是哪位作者，而更多是从周围的搭讪高手那里学习到的。

所以我给你的最好的建议就是在你周围结识5个搭讪高手，学习他

们是怎么做的、怎么说的。你可以直接告诉他们，“嘿，我确实想学习pua。我可以请你吃饭，从你那学到一些东西吗？”记住，表现得谦虚冷静，我想你一定会结识到一些高手。就像我说的，认识5个高手，这样可以从他们那里学到不同的技巧和能力，并把这些技巧能力融合在一起。

顺便提一下，你应该去读一下<Think and Grow Rich>的第10章，这会让你受益巨大。

2.9 你的目的是什么？

我和不少人讨论过这个问题，不过他们无法给出具体的答案，他们学习pua究竟是为了什么？

那么我从这些问题开始问你……

你是为了寻找一夜情？

你是为了追女朋友？

你是为了找到老婆？

你是为了在生活中面对女人时能做的更好？

哪一项是你的想法？

只有你确定了你的目的，你才会应用你所学到的内容去实现你的目

的。如果你没有目的，你就像在海上漂浮却不知道去哪个港口靠岸的船只。如果没有目的，你成功的可能性微乎其微。

所以，你应该花点时间来确定你的目的。并且在继续读此书时，时时想着你的目的。

这么说只是为了让你能给自己一个努力的方向，给自己一个计划。没有计划就意味着没有成功。

2.10 第二章必背要点

*庆幸自己是男人

记住，女人总是喜欢有男子气概的男人。

不要让任何事情或原因影响到你对女人的自然渴望和吸引。

*制定长期计划学习练习这本书

学习pua不是一日之功。

你需要花费时间练习，不过你的回报丰厚。

不要让任何事情阻碍你获得你应得的成功。

*形象的提升是无止境的

你应该明白这一点，不要放弃提升你的形象。

如果你做到了保持良好体型、注意个人卫生、时常更新你的衣橱和发型，你形象的成功也只是你所获得的利益的一小部分了。

更多的是，你建立了女人无法回避的自信。

*积极地与自己讲话

如果你现在认为自己在女人面前还不算成功，那个你不是真实的你。

你只是需要技巧来吸引她们。

常常保持积极的心态，并认真学习每一种新技巧。你可以允许自己犯错，但一定要从错误中吸取教训。

积极地与自己讲话，这样会帮助你成功。只要尝试和付出努力，你一定能做到这点。

这只是时间的问题。

*向周围的把妹达人学习

学习把妹最好也是最快的方法就是，向周围的把妹达人学习。

如果你确实想学好pua，那么向周围的高手学习，这是必须的。

结识一些达人朋友，并看他们是如何搭讪的；你可以把这作为你努力的目标之一。

注意他们所做的每一件事，更重要的是，看清楚他们不做的和设法避免的事。

如果你确实弄清楚了这些，你会发现你的水平突飞猛进。

*找准自己的目的

你是为了在女人面前更有自信，还是为了一夜情，还是为了找女朋友或老婆?

如果你根本不知道你的目的地在哪，你又如何走到。找到自己的目的，并设法达到。

第三章 如何培养让女人无法抗拒的个人魅力

根据我的个人经验，吸引女人比追女人要有效的多。

如果一个女人被你所吸引，那么你的游戏就基本宣告通关了。

就像在销售物品时，那些主动找上门来向你寻求帮助的顾客通常更容易购买你的货物。

我的观点是：女人总会因为一些原因被男人吸引。当这些原因出现时，就像在她们心里打开了一个开关，引发一系列反应。你可以把这看成一个系统，或是一段程序、代码。当你知道女人心中有这么一个开关时，你就应该学习如何去触动它。事实上，确实有通行的把妹技巧可以帮助你。

3.1 与众不同的吸引方式

通过研究市场与营销后，我发现人们更容易被一些独特或是出众的东西吸引。所以我总喜欢说这样一句话：“试着让自己与众不同”。在男女的派对游戏中，你需要有与众不同的吸引方式。

我可以告诉你一系列可能吸引女人的要素。但是你需要认清你已经具备的条件，和希望通过自己努力达到的条件，当然这些条件都是为了让你在你所喜欢的女人面前更有魅力。关键点就是，你需要有与众不同的吸引力。

但是你也不要过于脱离大众。如果你在“与众不同”这个词上钻了牛角尖，以至于脱离了正常的范畴，我想最终仍然是你自己受害。所以你多尝试各种风格，并选择适合你的。

3.2 你的敌人是不安全感和需求感

不安全感和需求感是把妹最大的障碍。不安全感和需求感就像毒胡萝卜和砒霜一样，会轻易扼杀掉你对女人的吸引力。

当男人表现出对女人的需求感时，他往往会有一些不恰当的行为，并期望以此来获得注意和认可。当他表现出这种需求时，女人也无法在他身上找到她们所需要的安全感了。

当男人对自己不满意或是对所处环境中的自己不满意时，会给人不安全感。他会表现得小心翼翼、懦弱、没有把握。有时他会试图假装很有自信，但这种伪装出来的自信会被一眼识破。他会因为迫切希望得到认可而做出一些出格的语言举止。

而女人可以立刻发现这种不安全感和需求感。

以下是不安全感和需求感的例子，你应当设法避免：

* 过分靠近女人。在最初认识时不要靠近或者一直围绕着女人，否则女人只会认为这是一种需求感和不安全感的标志。相反，交谈时试着向后靠(lean back)，会让她觉得你对她并不是那么在意，从而慢慢找到在你身边的舒适感。

* 诽谤或者批评女人或者前女友。如果你谈论了太多关于前女友或其他女人的话题，或者谈论她们的缺点和不是，女人会认为你是没有安全感的。

* 过于情绪化。如果你轻易因为一些事情而感到不安，女人会轻松察觉到这个，并认为你没有安全感。

* 没有主见。女人喜欢有主见的男人，一个可以果断作出决定并做好事情的男人才会得到女人的青睐。如果你总是问，“你认为我应该怎么做”，“今天晚上你想去哪？”，或者是“你想要什么？”，你就表现出了过分的需求感。所以，在这些情况下，你应该自己做出决定然后自信地去做。如果她不赞同你的观点、或者不喜欢你的建议，她会告诉你，但这并不会让你扣分。

* 试图通过言语或者行为来获得注意或得到赞赏。我认识一些人，他们总喜欢通过装酷或者在女人面前炫耀来获得女人的注意。这种方式只是告诉女人，你是不安全的、你对我有需求。所以不要这么做。如果你确实cool，你不必告诉她，她会轻易发现的。

* 争吵。这确实是我常常做的事。有些人总感觉任何事情他们都看不惯，都想去争辩一番。如果你是这样的人，你最好早些意识到这种争吵是不安全感和需求感的明显的表露。也许你的观点总是正确的，但你需要知道过多的争吵肯定不利于你的把妹事业。尝试改掉这种习惯。如果你确实想争论什么事，尝试用幽默风趣的方式去争论而不是严肃认真的。

3.3 从时间的角度思考

这是一个人们常犯的错误：一个男人试图做些事情来表现他想与她建立长期的关系，期望以此来获得女人，但女人对此通常不那么感冒。

我看过一份关于女人在大脑中对男人分类的研究。女人往往把男人分为以下几类：

1. 完全不感兴趣

2. 感兴趣，但只作为朋友

3. 感兴趣，可以发展长期的关系

4. 感兴趣，即使只是性关系

关于这份研究另外一个有趣的结论就是，如果女人把男人看做可能成为的长期的伴侣时，她们却在性这个方面上远离这个男人。

但另一方面，如果她与另一个男人发生了性关系，女人却仍然可能尝试与这个男人发展成为长期的伴侣。

不少期待着性的男人却做了约女人吃饭、给她们买礼物、试图浪漫这些错事。这些行为只是触动了女人大脑中对于男人分类的开关，“这个人可以发展成为长期的关系”，然后把他们归为这类，然后不在他们面前表露性趣。

而如果男人早早就把女人引入角色，在有了性接触之后，他就有主动性来选择到底他们的关系应该怎么发展，长期还是ons。关于这个观点，你同意我吧?

你可以去问男人或者女人对这个看法的意见。他们所告诉你的会和我这里写的一样。当男人为女人做各种浪漫的事像送礼物或者约她出去玩，女人只把这看作一种追逐。我前面就提过，女人会轻易发现每一个细节、每一个暗示，她们有着比男人敏锐得多的洞察力。男人却不知道他们做这些事，却被解释成他们想获得长期的关系。

那么，有什么解决办法呢?

唯一的解决方法就是，不要再做那些被认为是“我在追你”的事，而从提升自己的吸引力、兴趣、性感开始。这样就让把妹这整件事的主动权在你的手中，让你能随心地控制它。

我需要重复一遍：女人会和与她们上床的男人成为长期的伴侣，但不会和期待成为长期伴侣而追逐他们的男人上床。记住了吗?

3.4 男人是如何认识女人的

我看过一些书讲到各种动物的求偶和交配的行为（包括人类！）。有趣的是，人类在这方面表现地却与大部分动物相差无几。

下面雄性动物（包括人类）寻找雌性的几种主要方式:

* 在众多雄性动物中建立小块领地，向雌性动物表现能力，让雌性动物主动上前来选择他们。（在动物界这被称做Lekking）

* 占领大块其他雄性动物不得进入的领地，并以这种大块领地向雌性动物炫耀，表示可以向她们提供。

* 去雌性动物聚集或者可能出现的地方，向她们展示自己。

* 选择一个显眼的地点展示自己，期待路过的雌性会产生兴趣。

而人类与这些类似的行为是:

* 去健身房或者沙滩，向女人炫耀自己的身材。

* 买大别墅并邀请女人前往，向她们展示自己的成功和富有，告诉她们这些是你可以提供给她们的。

* 去上瑜伽课，你会发现平均每个男人身边可以有10个女人。

* 成为名人或者受欢迎的人，然后去会有很多女人经过的街道。

关于把妹，几乎已经没有什么新鲜的没有被发现的要点了。如果你想结识女人，你只需要:

1. 想好你究竟喜欢那种类型的女人。

2. 找出她们会喜欢什么样的男人，然后照做。

3. 去这些女人喜欢去的地方（或者自己建立一些情形，让她们来找你）。

4. 接近并吸引她们（如果你知道怎么吸引她们来接近你，那么就这么做）。

把妹就是这么简单的一个游戏。但很多男人却不愿意遵守它的规则，不去做那些可以让他成功的事，所以他们大多以失败告终。这本书里，我会告诉你一些吸引女人的秘诀，也会告诉你你应该有所选择地使用它们。而问题就在于，“你是否愿意做这些让你成功的事？”

3.5 吸引女人的六点

关于这个论题，我做过很多研究，最终我确信最吸引女人的是以下六点：

1. 财产（金钱，财产，送她们的礼物，或其他可以给予她们的）

2. 权力（影响力，领导力，安全感）

3. 名声

4. 外貌（包括身高）

5. 排他性（忠诚，是否结婚，是否可得）

6. 个性（幽默，创造力，浪漫，智慧，神秘感，等等）

你会发现1到5都不是你短时间内可以改变的。如果你不富有，你也无法在一周内变的有钱。如果你不是名人也不高大，你也无法出现在热映的电影中或是在24小时里突然长高几英寸。

那么你可以短时间内改变的就只有第6点。

好消息是，据我所知，个性却是把妹游戏中最重要的方面。

很幸运，个性是你可以改变的，也可以掩盖你在另外5点中不足。你需要尽全力，为自己培养一种具有磁性的个性魅力。我会告诉你，你应该怎样做。

另外我需要提到的是，真正吸引女人的并不是她们在内心所想、所希望得到的东西，而是当她们和你在一起或者想到你时的感觉。即使你没有钱、权、名声或者外貌，但你仍然可以利用你个人魅力让她们感觉很好。你需要相信，你的个性魅力才是你把妹时最大的最可以依靠的优势。

3.6 吸引女人的个性特征

在下一章中，我会介绍我自己独特的个性和当我和女人打交道时我是一个什么样的人。

但在那之前，我们先讨论各种吸引女人的个性特征。这些个性特征有些可以混用，有些却不适合同时出现在一个人身上。我先给出一个

列表，并附上简短的介绍。之后我会讲述该如何组合这些个性特征。

* 风趣。幽默几乎对任何女人都有效。如果你可以让她一直在开心地笑，你们的关系也可以走的更远。

* 智慧和创造力。当智慧被正确运用在她感兴趣的方面时，它都会让你显得性感。用你的创造力和智慧给她惊喜，各种主意、幻想或者意外的事情都可以，只要可以吸引她。

* 教育。和智慧一样，只要被正确运用，你的学历也会成为吸引女人的一部分。有些女人会因为学历而感到你的压力，这对你是有利的。

* 品位和教养。女人会发现你的品位。你的鞋子和皮带是否搭配合理？你是否明白内部设计和颜色对比？你是否知道各种酒类？你是否喜欢看外国电影？你是否了解时尚？你是否喜欢Frank Sinatra？你是否喜欢西餐？你是否会在她来访时准备好正餐前的小菜，是否会给她斟一杯酒？你是否会为她把所有门都打开？女人会注意到每一点。

* 统治力。女人会无理由地被有统治力的男人所吸引。在灵长类种群中的调查表示，具有统治力的雄性占了拥有配偶的雄性的75%，而那些极度缺乏统治力的雄性根本没有配偶。对于人，也是这样的情况。

* 关心。女人不仅仅喜欢礼物；她们也喜欢听到你对她们的看法。这些都属于给她们的礼物，礼物只是一种象征。无论你送的是卡片还是钻石，女人在内心里的获得是同样的（当然，因为钻石可以保留地

更久，所以钻石可以获得女人更长时间的好感！）。但同时，女人也喜欢听到你告诉她，你是如何看待她的。即使你告诉一个女人，你不喜欢她和其他男人出去玩，她仍然喜欢听到你的这个想法，因为这意味着你在头脑中有她。

* 注意细节。女人不仅仅注意到别人或周围事情的细节，她们也注意自己的每一个细节，让自己更加有吸引力。如果她装着一套性感的礼服，她绝不是偶然穿上它的。如果她改变了新发型，这也不是巧合。那些可以注意到这些细节的男人更给女人留下印象，更吸引女人。

* 不可预料和可以预料。这两点是相悖的。女人往往被那些她们无法预料或者控制的男人所吸引。她们被会调情的男人吸引，对他们表示好感，但这些男人却不会像她们预料的一样在第二天给她们打电话。只有当女人开始选择自己丈夫时，她们才会开始期望自己的男人会寻规守据，可以预料。那时女人才真正渴望一个可以预料的男人。

* 热情，愉快，开心。在女人面前，没有什么事情比扫兴更糟糕了。有些男人在女人开心的时候却板着脸，露出不安的表情，或者在女人高兴地做什么事时去打断它。这是最糟糕的错误。要记住，你的热情既会影响到女人的心情，也会让女人被你吸引。

* 冒险精神。女人容易被那些喜欢做些极端、冒险、不平常甚至是危险的事情的男人所吸引。因为这些事情让人兴奋。富有冒险精神会让男人更性感。

* 侵略性。女人喜欢那些知道自己该做什么并且勇于追求的男人。

激情是热爱生活的标志。我所讨论的侵略性不是指那些把约会变成强暴的侵略性，而是指可以给自己建立一个目标并且充满热情的追求它，不计手段地达到它。

* 自信/自大。女人会被那些有一点点自大的男人深深吸引。但是只能有一点点自大。这个似乎不好解释。很多人不理解我说的“一点点自大”，而把它理解为自大，这就违背了我的意思。如果你看过<The Thomas Crown Affair>中的Pierce Brosnan，<Gone With The Wind>中的Clarke Gable，<Top Gun>中的Tom Cruise，你就会知道了。这种自信/自大是一点点自负加上幽默。它会让女人为之疯狂。

* 知识丰富。如果你在一个女人感兴趣的方面知识丰富，这会大大增加你的吸引力。你需要用“我知道很多关于它的知识，让我慢慢告诉你吧”的态度来向女人展示，而不是从“我知道很多，而你什么也不知道”的角度表现。

* 注意力。女人喜欢得到别人的注意力。有趣的是，女人更喜欢别人公开摆明这种注意力，而不是通过什么方式来暗示。如果你说，“我今天想到你了，我觉得很喜欢你的声音……”，这比通过听女人唠叨来表示你对她的注意要有效的多。

* 不感兴趣，冷淡，挑战。大多数女人都习惯了被男人以各种方式追求。相反，如果你对女人冷淡，比如给她打电话时只让她认为你是闲的没事了才给她打的，或者表现得对她毫无性趣，她们反到会尽力来获取你的注意。这种与大多数人相反的方式在这种情况下却行之有效。而且，这个会让女人着迷，即使她们不愿意承认这一点，但一个看起来冷淡的男人确实让她们更有兴趣。

* 魅力（自然的吸引）。这点很难描述。你看些James Bond电影就会明白魅力的含义。你可以可以看看<Dirty Rotten Scoundrels>，注意Michael Caine的性格。魅力的效果非常明显，因为魅力总是给人一种白马王子的感觉。

* 浪漫的想象力和角度。看看电影<Don Juan DeMarco>中Don Juan是怎么描述这个世界的。他看到了女人的内心，来寻找她的美，而不是停留在表面上。浪漫的想象力才能有诗意的话语、有趣的故事、令人着迷的历史以及对各种事物富有感情的描述。

* 身体语言。这点非常重要，因为和女人的交谈中她们总是在不断发出信号。你需要接受到，并做出某些回应。我在后一章会详细讲到这个。

* 性能力。和男人一样，女人也喜欢性。就像喜欢生活中其他事情一样，一个好的爱人也不容易找到。女人喜欢那些娴熟的爱人就如同上瘾一般，因为他们知道如何让女人感觉很棒，也能给她们带来一些不可思议的感觉。

但每一个女人都多少有些不同。没有哪个个性特征的组合会让每个女人都它有100%的积极回应。所以如果你选择的个性组合在某个女人面前不奏效，不要抛弃你的个性而是转向另一个女人。

那些把妹达人会告诉你，他们成功是因为他们不断尝试，他们可以接受拒绝并且不以为然。相反，那些不成功的人却把一次拒绝看做人生的重大打击。你不要犯同样的错误。

那么从现在开始。花一点时间，写下你喜欢的女人的类型，写下你希望具备那些个性特征来吸引她。然后开始培养自己的这些个性。

我的观点是，你要养成自己独特的个性组合，然后在各个地方展示你自己的个性，这是你把妹成功的最好的机会。你的个性组合应该是有趣、独特、原创和可取的。

另外，如果你不知道你感兴趣的女人喜欢什么样的男人，那么——问！没错，当你看到你喜欢的一类女人出现时，上去问她们，“我可以问你一个问题吗？我想你现在肯定有男朋友，但可以向你问一些事吗……我想知道像你这样的女人会喜欢一个什么样的男人。你期待他有哪些优点？”

你会发现，那些女人都会很乐意告诉你这个。甚至有些女人会帮助你向那个方向去改变。她们会陪你去购物，帮你装饰你的屋子，为你挑选发型等。

但大多数人却不敢上去，或者他们觉得向女人寻求这种帮助是很懦弱的表现。这么做，只是在帮助你自己。如果你遇到了问题，那么就出去寻求帮助。女人在帮助男人建立他的吸引力时，总是意外的慷慨。

3.7 第三章必背要点

* 学会吸引女人而不是追女人。

大多数人都认为应该通过追来得到女人。

最大的问题是，人类的本性是逃离那些追逐他们的东西或者人。

所以为了得到女人，更好的观点是学会吸引女人。

这不仅仅帮你省下时间、精力、金钱，这也更加有趣！

*不安全感和需求感是你最大的两个敌人。

当男人无论身体上还是情感上有依靠女人的倾向时，这会立刻让这个女人远离他。

所以绝不要说或者做任何事，让女人觉得你有求于她或者让她觉得没有安全感。不要表现出依赖、炫耀、争论、过于情绪化，即使是在小事上（如没有被接听的电话，没有回音的短信）。

最重要的是，改变你的生活，建立自信。这些才会帮你立刻清除掉这些敌人。

* 避免成为“长期关系”的行为。

如果你有向女人送礼物，向她讨好等等想让你们成为“长期关系”的行为，她会自然地把你划分到“有可能成为长期关系”的一类人中，而不是“可以上床”的一类人！

即使你确实想和她发展长期的关系，你也不能做任何事表明你在追

她，这点非常重要。

记住，女人会与和她们上床的男人成为长期关系，但她不会和追她的男人上床。

保持自己的吸引力、有趣、性感，让她来追你。

* 去一些地方寻找你感兴趣的女人

如果你想找到你喜欢的女人，就开始思考她们会去些什么地方。

如果你喜欢那些夜店女郎，就经常去酒吧或者夜店。

如果你喜欢有品位的白领，你应该多去附近的休闲场所。

如果你喜欢一些更淳朴的女人，你可以尝试参加瑜伽课程。

只要你稍微思考一下，你就肯定会发现一些地方，在那里你可以遇到你喜欢的女人。

* 建立吸引女人的个性特征

既然你已经知道了哪些个性特征可以吸引女人，之后就应该注重如何在你身上培养这些个性特征。

开始尝试你的探险，试图建立你的幽默感。你自我提升越大，才有越多的女人会注意到你。

第四章 如何在交流和幽默中吸引女人

我们已经讨论了这么多内心的活动，下面我就开始讲一些表面的东西。在后一章中我会教你在不同情况下具体应该如何说、如何做，但是在这里——这章中，我先告诉你一些关于交流的基本理论，我想这些基本理论会帮助你很好的保持框架。

4.1 女人如何测试男性，为何

依照我的观点，大多数女人尤其是那些在我们西方文化环境中成长的美女，大多经历了同样的成长曲线，让她们学会了一种“可预测的心理方式”。虽然，这些美女互相差别很大：有些很漂亮，有些不那么漂亮；有些很高，有些矮；有些很聪明，有些只徒有脸蛋；等等。但有一些特征是她们共有的。因为我对此非常感兴趣，所以我做过深入的研究。

这些美女从自己生活中的某一时刻起开始对周围人产生吸引力，也是从那时起她们开始被用另一种方式对待。我之前提到过一种被成为“晕轮效应”的社会心理学概念。简单的说，就是有吸引力的人通常被认为是聪明、诚实、可以信赖的等等。男人总是围绕在美女身边不断讨好，这种不断的讨好不仅模糊了美女对现实的认识，更让她们相信无论她们在什么时候需要什么，都是可以达到的……并且她们坚信她们的生活就是这样。

也许你可以注意到一些超级美女在遇到不顺心的事时甚至可能勃然大怒。这就是明显的表征，她们对生活的理解和大多数人不一样。当

她们没有得到她们想得到的东西时，她们会变的烦躁不安，因为得到任何想得到东西似乎从小开始对她们来说就是真理。

从潜意识的层面上，我注意到，大多数美女也意识到当她们因为无法得到什么而大发脾气，这是很荒谬的事。但是这并没有什么，因为这样做可以使得她们得到她们想要的。没错吧?

但是，虽然美女与普通女人有这些不同，但是她们仍然是女人，她们也在追求其他女人在追寻的东西。

女人在追寻什么?

准确地来说，我不知道。即使在研究了30年人性之后，弗洛伊德都不得不承认有一个问题是他也无法回答的——“女人究竟需要什么？”

但是，我想分享一点自己的理解：对女人来说最首要的，是她们需要有控制力的男人（可以控制身边的事情、控制周围的情况、控制自己、控制情感、控制其他人、包括控制她。总之可以控制他们一切共同接触的环境）。

你应该继续思考这样一个问题，如果你是女人，你想测试男人是否具有这种控制力，你会怎么做？你会去问他，“如果我不喜欢被管束，你会拍打着我屁股，把我拉回你身边吗？”

当然不是！

女人想测试我们时，不是通过直接发问，而是试图挑战我们的框架

来测试我们是否还保持着控制力。我反复强调“绝对不要给女人一个直接的答案……除非你的答案是：不！……绝对不要直接给女人她们提出需要的东西……”等等，强调这些只是为了让你可以在女人面前保持自己的框架保持自己的控制力，这才是女人真正想要的——一个有控制力的男人。

女人需要挑战，或者说女人喜欢挑战。你可以想想爱情小说的剧情。如果你不理解我说的这些，我建议你静下来读几本书，像Jayne Krentz的<Dangerous Men and Adventurous Women>，F.J.Shark的<How to Succeed With Women>，Helen Hazen的<Endless Rapture>还有Margie Palatini的<Bad Boys>。之后再回头来看我的那句话。

大多数时候，我表现得自然，谈论那些当时我想到的东西（而不是刻意想说的东西），开玩笑，表现得和大多数人一样。

因为那些把妹技巧如果用的太多太滥，它们也会变的平淡无味，没有效果。所以各种技巧只应该在合适的时候使用。

我所习惯的技巧是，经常（但不是一直）和女人调情，利用冷笑话或者幽默感来保持自己的控制力。我相信和我相处的女人在内心都会认为，“哇，这个男人总表现的有点自大，但他对我到底什么态度、认真的还是随便玩玩，我倒真的拿不准，我也想知道。不过无论怎样，他都是个有趣的人，也对我有兴趣，而且表现得自大也不是那么过分。总之他还是一个很有趣的人啦……”

你应该记得关键点是，处处小心，因为女人可能在任何时候对你进

行控制力的测试。你所要做的就一直保持自己的框架。

不少男人在女人表现得像孩子一样（act bratty，见之前的译注：像小孩一样表现，为了获取某样东西）时就不知所措，或者当女人表现出不安时，他们无理由地会说“喔，我很抱歉”，或者表现得过于紧张。即使这些情况出现时，你所要做的也只是保持自己的控制力，保持自己的框架。如果女人开始生气时，你不应当表现得紧张，相反你可以和她开玩笑，“哦，可怜的孩子又开始发脾气了。你应该从两岁开始就这样了吧，可惜你到现在还没有改掉。”

然后拍她屁股一巴掌。

我的另外一项发现就是，大多数女人会被那些看起来对她没有兴趣、表现得冷淡迟钝的男人所吸引。似乎她们会对自己说，“哇，那个男人有点自大，我不确定他到底对我有没有兴趣，他是否像我遇到的其他挫男一样想着和我做爱呢。不过他确实很有趣，很有魅力，我是否应该去勾引他呢？如果我勾引到了，我会像对待其他挫男一样把他甩开。不过这似乎会很有趣……”

明白了吗？

如果你打算像我说的那样做（不表现对女人的兴趣，但一直保持对她们的吸引），你就需要保持自己的框架直到最后，我指的是最后。

这里我想再提一下“怎么对女人好”的问题。

我从来都对待女人很好。她们总告诉我，我是她们遇到过的对女人

最好的人了。

保持自己的框架和对女人好，这两点并不矛盾。不是吗?

很容易理解，我也对女人好，但是出于自己的想法，而不是她所要求的。我会用一个很有想法的email或卡片来给女人惊喜，给她们舒服的按摩，为女人开门、和她们逛街时自觉走在路的外侧，等等。这些事情我都会做。大多数女人的浪漫的幻想是她们的男人有主见，对事情有控制力。你可以在下次和女人约会时尝试一下，我反复强调的保持框架。你可以告诉她，你希望她穿什么衣服，你来选择你们吃什么，让她相信你。当她要你吻她的时候却说“不”，然后再晚些时候再吻她。如果你知道她喜欢巧克力，而她又要你给她买时，不要理睬她的要求；再下次见她的时候，买好巧克力作为惊喜给她。明白了吗?

以下是我常用的一些规则：

1.当女人要求什么或问什么时，绝对不给女人直接的答案，除非答案是不。这是很重要的一点。如果她问，“我们可以坐在这里吗？”我一般说，“别，我们坐边上那里吧。”。或者如果她问，“你喜欢我这套衣服吗？”我会说，“我想我喜欢这套衣服，不过让我看看你穿着它是否合适。”。再如，她说，“明天给我电话，喊我出来玩。”我一般说，“不。你明天给我打电话吧。你想喊我出来，不是吗？”明白了吗?

2.当她抱怨你或表示出不喜欢什么东西时，你甚至可以帮助她升级这种抱怨或者不喜欢。如果她对我说，“我确实不喜欢你这么说”，我一般回应，“既然我总这么说话，那你想离开我了吧。”明白了吗?

3.女人总是不断测试，看你是否会服从于她们。一旦你表示了服从，她们就会有所行动了（比如说和你结婚）。这个奇怪的现象花了我很多年来理解，最终我才发现，尤其当你与美女接触时，似乎她们所做的一切事情都在逻辑上说不通，但——当你理解了她们的内心世界时你才会发现她所做的任何事都是有原因的。

美女总可以拥有她们需要的任何东西。她们真正期待的是挑战——真正可以引起她们兴趣的东西。如果一个女人总可以在任何时候得到她想要的东西，你也对她做着和其他男人一样的事、给她任何她想要的东西，这怎么可能让她们觉得你有趣？不是么？

4.以前我也重复着和大多数人一样的事情，不过之后我发现了这点。现在和女人在一起时，我时时小心，绝对不给她们她们要求的东西。如果她说，“吻我”，我说“不”。如果她说，“来我家吧”，我说，“我现在很忙，我晚些过来吧”。如果她说，“我要你，来做爱吧”，我说“我想你还需要再等一会。而且，我还没有吻你呢。”明白了吗？我绝对不给女人她们所要求的东西，决不！

另外，同时和女人玩暧昧（send mixed signals）。告诉她，我只想做朋友，然后吻她。告诉她，她所做的事让人无法接受，然后吻她。当她做一些事情来讨好你时，却轻轻地拍她；但下次她在这么做时，换种态度对待她。例如，如果她走过来坐在我腿上，我吻了她。但下一次，我会推开她。明白了吗？绝对不要让女人预测到你会做什么，决不。

准确地说，我一直在说“总是”或者“决不”，我说的“总是”并不是

说“100%绝对没有任何例外”。我的意思是你应该尽可能多的这么做，比如保持自大和风趣，我会说你应该“总是”保持自大和风趣，但我实际指的是你应该尽可能多的这么做，因为你做的再多都不过分。

你应该按照我给的4条规矩去做，然后看她的反应。“她是否总在笑，开心或者觉得快乐？”。如果是这样，以上4条规矩你也应该尽量的遵守。

4.2 美女总是被男人围绕

我需要提醒你一点，这点之前我也曾经讲过：大多数有吸引力的美女总是被男人围绕，以各种方式接近。

我曾看过Chris Rock的一则惯例；他当着周围人的面告诉女人，一个男人开始示好就表示他在寻找性（或者说，他就是个“鸭”，这是Chris所描述的）。

所以当一个男人说，“哇，你看起来真漂亮！”，他想说的实际上是，“哇，你看起来真漂亮，你想和我做爱吗？”

记住一点，那些令人向往的女人包括有钱的、漂亮的或者出名的女人，她们总是在男人的围绕之下，像皇后一样。（这并非她们的错；就像一些非常英俊的男人时常显得自大一样。这只是人之常情，当我们的条件太好的时候，我们却被这种优越的条件宠坏了。需要提一下的是，你甚至可以以这种态度对待这样的女人：“你确实被宠坏了，但我觉得这并不是你的错。你拥有美丽的相貌，周围的人都试图讨好你，你很幸运。”）

因为被宠坏了，这些女人喜欢用自己手段来获得一些东西。但是被宠坏了也有另一种效应。因为这些女人都已经习惯与被追逐、被讨好，当你使用一些与众不同的吸引方式，表现的风趣且有魅力，而且不要落入她们的游戏框架中，会尤其有效。（拿她们开玩笑，假装讨好她们，告诉她们其实她们需要你，和她们调情，不要回答她们任何关于工作、车、房、社交或者你的动向的问题——绝对不要回答任何这类的问题，你甚至可以这样回应她们，“你也和其他肤浅的女人一样喜欢问这种问题吗？”等等。）你的这些做法会让她们这样想，“这个男人确实与众不同”，这样你就获得了她们的注意。而你的幽默和自大可以保持住这种注意。（我说的自大是源自你内在的自信，而不是外在的成功的条件。）

我想强调的就是，你应该表现得与众不同和有趣，以此来破坏女人一贯的思维方式。你使用用各种技巧、道具或者任何可以用到的东西，但你的目的就是让女人觉得你与众不同并且对你产生兴趣。然后你应该给予她要的感觉，表现出她所喜欢的男人的个性，这样你离成功就不远了。

很多高手提到过和女人交谈时可以尽量建立融洽的关系，模仿她们的动作、表情等。我觉得，不刻意去追求这种融洽关系对于我来说反而更合适。（融洽关系指的是，和对方交谈时试图寻找对方呼吸的节奏、动作、谈话，并且让自己和对方保持同样频率呼吸、类似的动作等，通过这种方式和对方在心理上建立一种奇妙的不可回避的交流。）

我通常表现的有趣而且富有魅力，即使为了表现这种个性，破坏了

融洽关系也无所谓。我会经常在自己都没发现的情况下在开玩笑中打压、讽刺女人。但我知道，她无论内在还是外在的回应都是，“这个男人真是个混蛋 - 我想离开这里。但是你又那么有趣，我想我还是留下来认识你吧……”

当你开玩笑地指出女人的短处不足时，你同时完成了很多有利于自己的事。她不能否认你说的是正确的，因为她在笑。她也不会因此讨厌你，因为幽默总是女人乐于接受的。

4.3 继续谈关于我看待女人的方式

做任何事时，我不会去问女人的允许，我只是引导事情按我的想法发生，做我想做的事。以前我会在女人做事情的时候察颜观色，从她们的动作和表情总获得暗示，来确定我该怎么做。但现在我只是做任何我想做的事，同时注意她的反应来判断我该什么时候继续我想做的下一件事。

我花了很长时间研究怎么有效的要到电话，最后发现要到电话并不是成功。我又花了很多时间来研究怎么把女人带去我的房间，最后发现这也不是成功。直到最后我发现，在女人面前一直扮演领导者的角色——就像邀请她去舞池跳舞一样，在和女人接触的所有时间里，一直领导着她、让她按照你的方式做事，这才是我要的成功。

关于这个观点，有一点需要记住：这是我自己的生活，而她只是客人。当女人试图耍技巧、拒绝我、给我任何理由时，我通常在她面前大笑。她通常会问怎么了，我一般这样说，“嗯？什么，你开玩笑吗？”

这告诉她们，即使她们一点点小技巧也没法逃过我的眼睛，她们进入我的方式、让我来领导。我绝对不会因为女人而感到烦躁不安或者让她们看到我的真实情感（这是关键，如果女人发现了可以控制你情感的开关，她们就会一次又一次的使用）。就像我朋友Eric曾经说过的，“你已经落入了我的框架中。”

我想说的另一点是，当我约会女人的时候，我从来没有在一开始就想过要和她成为“长期关系”。如果我确实喜欢她们，并且她们在我面前也证明了她们是很有魅力的女人，也许我会考虑，但一开始我从来没有抱有这种想法。

我的观点是，有能力、杰出、幽默而对自己对生活又有控制力的男人，对女人来说少之又少，就如同超级美女对于男人来说稀有一样。明白我想说什么了吗？换种说法就是，“为什么很多男人最终却娶了平庸甚至差强人意的女人？”

我觉得可以从反面来思考。我认识很多优秀的男人，这是因为我花了很多年来研究pua并且试图和周围的高手交朋友。大多数女人都不那么幸运，可能她们一生都不曾遇到一个这样的男人。即使她们遇到了，她们也同样会把事情搞砸，表现得过分热情或者毫无吸引力。所以最终她们只选择了那时她们可以得到的最好的选择，开始一段无趣的感情或是婚姻。

另外我最近发现了一点有趣的现象：

据我了解，很多持续了十年以上的婚姻都有一个共同点，那就是女

人很微妙地控制了男人。我的意思是，就像小说中描述的情节一样：女人遇到了浪荡不羁的男子，女人赢得了他的心也驯服了他，他们在一起过着快乐的日子即使女人有了外遇。

所以在和女人相处时牢记一点，保持自己的框架。

***也许我讲的太快了，我再补充解释下。如果我和女人相处时，你能在边上看到全过程的话，你一定会想，“这个人确实非常有趣，而且他表现的自大和风趣恰到好处。他几乎在过分自大的边缘上了，如果他表现得稍微过分一点肯定会引起女人的反感，但是他控制的太好了。而且，女人也开始被他深深吸引。”而你不会想，“这个男人只是一个玩弄女人的花花公子。”

我这段话是只想让你知道，我用的所有技巧都是我在之前提到的个性魅力。

通过自大和风趣，女人会开怀大笑，甚至觉得你没有在意她们而困惑，最终她们忍受不了，来表露出她们喜欢你。

如果你是一个不懂情趣的人，这种方法对你也没有帮助。你应该尝试用金钱、名声或者类似的东西来获取你的成功。

同时，那些没有吸引力却过分自我为中心的人也不是这场游戏中的幸运儿。

无论如何，你牢记最重要的一点：幽默感。

自大和幽默是最适合我的获取吸引力的方法。

不过有些时候我也会变通。我会为女人做一些浪漫甜蜜的事，但是必须是我诚心想做的，而不是出于谁的要求或者暗示。

当把妹进入到性的阶段了（***一定要注意***），我会非常投入、注意这个女人到底喜欢什么、需要什么。我的目标通常是成为她最满意的爱人。你需要有一些自己的秘方，使女人想和你做爱，同时也需要让她们不仅仅爱上床上的你，也爱上你的性格、真实的你。

记住，女人不是简单的理性的动物。可能你做一些事情，而她们却做出无意义的回应。

也许你做一些无意义的事情，女人却对你表现得格外温顺。

所以你也应该在某些情况下做些“无意义”但对女人来说有意义的事情。

这个观点很有意义，不是吗?

4.4 做成功的男人

关于男人和女人之间的不同，争论已久。我的观点是男人和女人在各个方面都不同，而且对不同的交流方式反应也各不相同。

虽然听起来似乎不正确，但我相信一点：大多数女人都会喜欢成功的男人。什么是成功的男人？我表现的越有信心、自大、富有统治

力，女人对我的反应就越强烈，无论感情还是性。（记住，我不是在讨论怎么把女人抓住然后掳回山洞，野蛮人。）

在通过思考并与很多女人聊过这个话题之后，我发现懦弱的男人对女人几乎毫无吸引力。女人可能在任何时候向男人提出需求、索求某样东西，极端情况时还借用哭或者表现自己的难过等手段来达到目的，这些都可以看做是对男人的测试。

如果你曾经是懦弱、胆怯、容易服从别人的人，改掉它。开始试着昂首挺胸地走路，表现出以自我为中心的倾向，做你想做的事。

不过在这种改变中，你也需要小心谨慎。不然你就成了女人面前的十足的混蛋形象了。成功的男人冷淡地拒绝女人，而混蛋却用气愤的语气拒绝女人。明白了吗?

4.5 如何调情

一次我新认识一个女孩，当一起走进车内时我会牵起她的手，握住几秒然后放开，说“我们不应该这么早就牵手”，就好象牵手是她的主意一样。然后在吃午饭时，我向她伸出手、示意她来牵住我，但在她伸手出来的时候我把手收回了，甚至不让她碰到我。然后再这么做，当她伸手时立刻收回我的手，再和她开玩笑说，“别这样……”。

最后那餐饭吃完后，我再伸手时她就不会来试图牵我的手了因为我拿这个挑逗她太多次了。我就直接抓起她的手，握住、抚摸。这又是在继续调情。最终她完全放下框架和戒心，我才把她的手松开。

之后，当我抱她时，她开始吻我的脸颊和脖子，我抱怨她亲吻的太多了。（这次确实是她在勾引我，是她主动。）明白我的要点了吗？我做一些事（比如握她的手）然后抱怨她不该这么做（“不应该这么早就牵手”）。

这种行为或者称为暧昧或者称为调情，男人无法理解其中的作用，但对女人来说却具有魔力。

另外，如果你和女人相处时总是可以认出她们的每个小把戏，当她们使技巧的时候你告诉她们她们这么做是多么可爱，女人确实会被你吸引。这也会让她们恐慌，因为她们觉得自己的一切都在你的控制之中，她们甚至不知道下一步该做什么了。你似乎已经完全知道了她们玩游戏的规则，也不会落入她们任何老套的把戏中。这让她们感到紧张，因为在你面前她们已经没有能力没有武器来攻击了，只能任由摆布。

但是她们喜欢这种感觉，喜欢这种有控制力的男人。而且她们内心中也需要一个这样的男人。（有一点非常重要，就是虽然你了解了女人的每一点心计但是仍然要注意不要让自己落入了朋友或心理医生的范畴。正确的观念应该是，利用自己对女人的了解让女人疯狂，而不是利用它去了解安慰女人。）

不要让女人把自己看做朋友，但是你却可以告诉她们，我只是想和你们做“好朋友”。

女人的朋友观念确实是很让人无法理解的东西，当我告诉她们我只是想和她们做好朋友时，她们通常会想，“没什么，我只是认识了一个

比我聪明一点的人而已，而且他明白我的小把戏，比我有更高的价值。但是他说，只是想做好朋友？！不！难道他不喜欢我吗？他不像其他人一样想得到我吗？”我之所以这么说，就是为了让她们一直处于猜测而又没有答案的状态，这是关键点。你绝对不要落入了女人的圈套中，否则她们又会重复她们的老游戏。

另外一个有趣的发现就是，女人喜欢用密语交流，而不是直白的语言。

男孩从8岁时开始和女孩调情，但一直到28、48岁时女人仍然喜欢这种调情。我喜欢告诉她们，我对她们的把戏是多么了解，这样她们毫无安全感；我再用调侃的语气取笑她们的小把戏，她们根本无法知道我到底是认真的想把妹还是只是来这聊天找乐子的。

关于女人的密语，我喜欢把它们比做二战时德国潜艇上用的的密码机。密码机可以互相传递消息，也可以在每次使用的时候都用新的加密方式。女人就如同密码机一样，她们更喜欢微妙的暗示。

告诉女人“我喜欢你”，不如以调情的方式“看来你喜欢上我了”。明白了吗？

你可以用隐喻或者讲故事，谈论感觉和想要的等等；总之用密语而不是直白的说出来。

我再给出几个例子：

当你想和女人做爱时，你可以说，“我们做爱吧？”然后开始。你可

以这么尝试，然后感受一下效果如何。

或者，你可以试试这样……当你和女人在一起时，站起来，牵起她的手引导她站起来。拥抱她，然后放开、坐回原位。当她坐下以后，告诉她，“我只是想抱抱你。”之后有机会的时候再次拥抱她，亲吻她的脖子告诉她她身上的香位，不要停止你的动作。几分钟之后她就会告诉你，她是多么兴奋。

这两种途径都带来同样的结果。但是显然后者比前者要好上百倍。

男人出去玩为了寻欢作乐。而女人除非是在一些禁忌的时刻否则她们不拒绝寻欢作乐，但更喜欢以自然的方式开始。事情发生越自然越好。例如，当女人在你的房间里时，你可以无意地提起帮她做按摩。当给她按摩的时候，你闻她身上的香味，等等。这样事情就会以一种自然的、无预谋而浪漫的方式进行下去，女人喜欢这种感觉。

如果你想获得更多机会和女人做爱，那么自己创造环境、再把女人引入这个环境。你自己想想，“什么条件和环境会可以让我自然地获得我想要的结果？”记住，女人喜欢你自然、浪漫的开始，而不希望觉得自己只是男人的猎物。

另一件关于女人的有趣的事就是，我很有悟性、总能看透她们的姿态表情的暗示，然后就像她们已经说出了这种暗示一样回应她们。

例如，当女人看到边上有挫男走过时会皱起眉头、在脸上露出难堪的表情。这时我就会对她们说，“我也是这么觉得的。”

明白了吗？就像她已经对我说了“刚刚走过的这个男人太挫”一样，我回应了她的这句话，其实是回应了她的这个暗示。

或者当女人牵起我的手时，我可能会说，“噢，真的吗？”

就像她已经对我说了，“我发现我已经被你吸引了。”

女人有着丰富的身体语言和面部表情，但她们只是微妙的表现出来。

如果你可以注意到这些小的暗示，并且幽默地做出回应，你就会在女人心里获得加分。（注意：我在这里提醒你，不要像女人学着用暗示来表达自己。你应该谨慎地使用这个技巧，当你读懂女人的暗示时告诉她们“我知道你想表达的意思了”幽默地做出回应即可。绝对不要和女人一样用暗示来表达自己的意思。很多人犯了这个错误，学着像女人一样过多的使用暗示和密语。相信我，不要这么做。）

4.6 幽默感

这里就讲讲我的把妹诀窍：我表现自大和风趣，我偷用她们的台词，和她们调情。一直重复这些，甚至不给她们喘息的机会。

在我看来，无论你的相貌、身高、年龄、收入如何，在女人面前你最大的财富就是幽默感。

即使你只有4英尺高，只有一只眼睛，这些都不重要。只要你可以让女人在你面前一直开心地笑，让她们感觉很好，她们就会爱上你。

我去年决定开始研究一下喜剧，因为我发现女人几乎是全宇宙对喜剧最爱的一类人了。我搜索了网上最畅销的讲喜剧的书，买了五、六本。

我读过的其中一本书是Melvin Helitzer写的<Comedy Writing Secrets>，它表述了一个重要的观点。作者认为幽默的关键在于一个富有幽默感的人物而不是一个又一个笑话。

我遇见过很多试图学习幽默感的人，他们背了很多笑话，却没有让自己成为一个幽默的人。我自己也曾经是这样的，我花了大量时间来背诵笑话和台词。

到最后我才发现女人对这些竟然完全不感兴趣，她们需要的是一个富有幽默感的人而不是一个接着一个的笑话。只要你建立了自己的幽默感，你根本不需要准备任何台词。当我把自己变成了一个幽默的人之后，事情就完全不同了。女人开始主动邀请我，追我。她们喜欢和我在一起。这确实非常特别、神奇、甚至古怪。

那么她们到底想要一个什么样的幽默的人呢？好问题。

我有个朋友，我认为他是我见过最厉害的PUA了，他喜欢在酒吧搭讪女人并在当晚推倒。虽然现在我对要电话以及后面的事情都已经非常在行了。但我还是很佩服他，他就像一台机器，他对付女人的全部着数就是“自大和幽默”（他的原话）。我的观点是，女人通常会反感自大的男人，除非他们非常有趣。这种梦幻般的个性组合会让女人为之疯狂，就像白宫的实习生对克林顿一样。所以我一直在学习这位朋

友的吸引方式。

我想描述一下，我培养出来的现在的个性：

“我知道那个女孩想接近我……我会欲擒故纵，和她开玩笑，对她冷淡，有机会就揶揄她、取笑她。我知道当她喜欢上一个总在挖苦她的男人时，她会变得紧张。我保持分寸和火候，让她一直在这种心态下。当她开始表现出来明显的兴趣时，我试图让她证明她需要我。所以我就可以再拒绝她了。”

我做各种疯狂的事情，例如我会在酒吧站在女人身边，转过去严肃地对她说，“你可以不要碰着我吗？”然后望着她的眼睛。

或者说“你到底来酒吧做什么？难道你连一个勉勉强强的男人都泡不到吗？还是你绝望到没有兴趣了？”同样，是很认真地说这些。

我配合表情说这些，让她们觉得我是认真的，而又留下了一堆疑问。

如果她们有所反应：如果她们很胆怯地回话，“对不起，我不知道我碰到你了”，我会得寸进尺，“但你确实碰到了。不过如果你还想摸我，我想你比刚才摸的高一点会好些。”

如果她们开玩笑地回话，“就是喜欢摸”，她们显然知道我在开玩笑。我仍然保持自己的严肃，“是的，但我不喜欢被你摸。所以请最好离我一尺远。”然后再观察她们的表情。

不过确实也有些时候会遇到一些很冷淡的女人，她们的反映过分紧张，我就直接走开了。

如果你也打算尝试“自大风趣法”，那么你记住一定要自始至终贯彻它。不要在她表示出喜欢你时，就变成了一个无聊的笨蛋。保持自己的这种个性，再加上欲擒故纵等等手段。

4.7 如何变的风趣，一页长度的超短教程

这里是一段教你如何变得有趣的超短教程：

首先，阅读Melvin Helitzer的<Comedy Writing Secrets>。注意一些好的常见的喜剧惯例，像Chris Rock、Eddie Murphy、Robin Williams常用的。学习他们是如何运用文字游戏、双关、夸张、曲解等方法来创造笑点。

当你学会这些标准的手法之后，你就可以在大多数情况下尝试幽默。

以下是我常用的一些例子，你可以尝试它们：

1.当别人表现得情绪化或表达自己感情时，说“你真的这么觉得吗？”例如，当女人说“我讨厌别人在我边上抽烟”，你可以说“你真的这么觉得吗？”因为她们表现出了非常强烈的个人感情，所以你的回应让她们觉得自己表现得有些过头，这也创造了幽默效果。

2.说“不管怎么样/就是这样（anyway）”并在抛出俏皮话的同时转移

视线。例如，别人说，“那边那个女孩真丑”，你可以回答“哦，我觉得她和你差不多呢，就是这样（立刻转移自己的视线）”。这种转移视线和anyway可以造成你并不想继续这个谈话的假象，也是幽默的一种。

3.曲解女人所说的话。一直保持自己的注意，不要放过任何一个可以曲解的词语。例如你可以这样说，“我们去酒吧喝一杯”，女人可以回答“那去那边做点什么吧”，你就可以对她说，“我们做？你说就在这里吗？我觉得这里到房间太远了，我们还是只喝两杯吧。”

4.从她的话她的表现中找出一切可以投射到性上的东西，然后以此来揶揄她，说她在试图引诱你。例如她说，“我累了，我想应该上床睡觉了”，你可以说，“上床？我都不知道你知不知道怎么吻别人，你就想让我上床了？所以真不知道你怎么还总说，我们应该是朋友关系？”

5.夸张。一个有些胖的女人走过时，你可以说，“你知道我怎么猜测的吗？你有900磅？”或者当女人抱怨自己或者衣服时（我不会放过这种机会），夸张一下她所说的。例如，如果她说，“我头发今天看起来太糟糕了”，你可以说，”嗯，对它我不想评论什么了。”这确实很有意思，结果是你膀子上被揍一记粉拳。（当然你可以回拍她屁股一下）。之后可以的整个晚上的时间你都可以取笑她的头发，谈论周围的人对她的头发会有什么想法，描述因为这个和她在一起自己觉得多么难看，等等。

6.把自己或对方和现在的话题联系在一起，当然是以一种幽默的方式。如果一个丰满臀部的女人走过时，你可以说，“嘿，詹妮弗·洛佩兹在这呢。（译注：Jennifer Lopez，性感丰满）”。如果女人和你说她刚刚买了两新车，你可以说，“我想，Independent Woman（译

注：独立女人，霹雳娇娃主题曲）这首歌说的正是你。”（这些当然非常有趣。不过你需要了解每年的流行歌，让自己的幽默也能跟的上时代。）

7.不要总在笑，也不要因为自己的笑话发笑。笑可以缓解紧张或尴尬。但如果你总是一本正经的，你的笑话却可以变的更加有趣。

这些就是我关于幽默的一些基本观点。我建议你开始学习一些和幽默有关的东西，读些书、或去喜剧俱乐部。

同样我建议你开始看看<Maxim and Stuff>（译注：美国男性杂志）。学习它们是怎么运用逆转幽默的。这里你也可以学到不少东西。

4.8 “只是朋友”

你是否听到女人说过，“我喜欢他，但只是作为朋友的喜欢”。

你是不是也讨厌这句话?

关于这个我想过很久，我的一个朋友和我最终发现其实我们应该反过来，对女人说“只是朋友”。现在我和女人第一次谈话或者第一次在咖啡厅约会时我总是喜欢提到“做朋友”或者“我们在一起，只是朋友关系”或者“我们没有什么关系 只是朋友”。

然后在约会时，我会说我开始只想做朋友是为了让我们互相了解对方。“我想你会是一个很好的朋友。”

再之后当建立友谊关系之后，我就开始疯狂地和她调情、开些荤笑话。这些行之有效，也让我对我们关系有了控制：我会判断我们到底应该做朋友还是进一步发展，这要看她的其他条件了，而不仅仅是外貌。

而男人主动提出“只做朋友”几乎是女人从来没有碰上的事。（我说过，这是我最喜欢的事了）

另外，如果你认为你们先只做朋友，你就会抛开她的外貌来了解她到底是一个什么样的人。（我想包括我在内所有人都有过这样的经历，自己遇到过一个看起来漂亮有吸引力的女人，却内心极度糟糕。）

你可以一直享受“只是朋友”的好处。即使你开始和她约会，你也可以说只是朋友。你很快就可以发现它的绝妙之处。

4.9 更多的金块

记住成为先结束谈话、碰面和电话的一方。

我从Ellen Fein和Sherrie Schneider的<The Rules>中看到这个观点。那本书是讲怎么让男人娶你。确实，那是一本好书。不过我想作者不会喜欢我认为这本书很不错的原因。我把这本书里讲的观点全部接纳，让男人来对女人使用。当你开始做女人总在做的事时，你会发现它带来的结果是你无法相信的。

我以前总是反对那些“把把妹当做一场游戏”的观点。我不喜欢撒谎、欺骗、不诚实或者工于心计。但是，如果你可以把这些正确运用，这确实是一场女人喜欢的游戏。虽然听起来很奇怪，但女人确实喜欢调情和被调情。如果你可以不把这些看待的过于认真，你会得到更多乐趣。

我跑题了……回到原来的话题。先结束谈话、碰面、电话的原因有两点：第一，它表示出“我不是一个无所事事的人，我有自己的事要做。我很忙；如果你想得到我，你得做些事来取悦我。”

第二，它使得你获得了两人之间对事情的控制权。如果你每次电话、碰面、聊天时都是由你先提出的结束，我确定结果会合乎你的心意。

也许你会听到女人说，“什么？但我们正聊的开心呢。”，“那么，我什么时候可以再见到你？”或者是“难道你不喜欢我吗？”

另外，如果她们这么说，千万别上她们的勾——你应该说“我当然喜欢你，我也觉得这时间过的很开心。但我必须走了，我有事情要做。那明天下午给我打电话吧，也许我在这周末花些时间和你在一起。”

我喜欢这样！非常非常非常喜欢！

而且女人也喜欢这种感觉。虽然你可以会想这对女人是一种残忍的惩罚，但女人却非常喜欢这样，她们回家了一直在想，“他到底爱我吗？他喜欢我吗？他会给我打电话吗？他也觉得开心吗？”

我知道这些似乎很离奇，你无法理解，但请相信我。和女人调情，然后这样结束话题，你会发现这种做法简直像拥有魔法一样让女人为之着迷。而且这也会让你加分。

***我想在这里，对那些完全不赞同这些观点的人说几句话。你们可以继续表现你们对喜欢的女人的需求，你们可以在聊电话时不去试图把女人约出来等等。你们不仅没表现得特例独行和与众不同，而且还表现出自己的低价值。所以我希望读过这本书的人别再犯这种错误了。

另一点我想说的就是“不要直说关心或者体贴的话，而是通过一些其他的事情表现出来”。女人喜欢隐喻、暗示、故事、礼物等等。

例如，把“你很漂亮”每天说上12遍一点也不吸引人，但如果写首情诗，把它放在哪个让人意外发现的地方却是非常浪漫的事。

我再告诉你关于女人的事，我所指的事就是关于女人的一些特别的部分或者事情或者细节。这里就是，如果你可以注意到一些关于女人的事情，女人会非常喜欢你。

有一点我总在反复提示，我认为它非常重要：女人非常希望你会想到她们。如果你说“我想你了，所以我给你写信”，这会在女人心中触动某个开关！我相信女人喜欢礼物并不是因为它们的价值，而是礼物表示出“我在想你，我对你有感觉，这个礼物只是它们的象征。”

你可以理解这个吗?

我觉得你无法理解。对我来说，也无法理解。但是这是真的。所以你应该开始告诉女人，你想她们了，你想起了和她们在一起的时光，或者一些东西让你想起了她们。如果你这么做了，你甚至可以不用再买礼物！她们知道你会在生活中想到她们！太棒了。

另外还有件事，我也觉得无法理解：女人喜欢不相称不搭配的交流。我的意思是，例如你一边做严肃正经的事一边开玩笑，或者口头上说的强硬而事实上很亲切，女人却喜欢这种方式。

我给出一些例子。

当你和女人聊天时，告诉她你认为她很漂亮，同时有保持自己脸上认真严肃的态度。这绝对为当时的场景添加了戏剧效果，引导女人去想象一些更深层次的含义。（另外需要说的一点，大多数男人笑的太多了。你应该在和女人聊天时少露出笑容。这会让她们好奇你到底在想什么，这对你有好处。）

当吻女人时，低下头，轻咬她的脖子，用一点力（但是不要咬出血）。

一边表现温柔，一边表现粗暴。

也许你刚刚牵过她的手、吻过她。当她站在那里时，你可以拍她屁股，告诉她和她的接吻感觉很不错。

这里我想让你理解的观点就是，做一些没有逻辑的事。就像你现在什么也没想，或者你现在的感情很矛盾一样。这样做，就把疑问留给

了她：你现在到底在想什么，女人都喜欢这么猜疑。

这也会让你成为她遇上的最有趣、最无法预料的人。

我要再提到的一件事就是，女人都喜欢谈论性。有些男人觉得无法和他们不熟悉的女人讨论这个问题。但你应该尝试一些荤笑话，或者谈论电视上看到的成人节目。大多数女人都会参与进来，并且给出她们的观点、看法。这确实令人惊异。你可以试试。

4.10 让女人无法揣测你

让女人无法揣测你。做一些她们绝对不会想到的事。

不过也绝不能滥用这个。如果你做了太多让人意外的事，只会让你被认为是情绪不稳定、没有安全感，等等。

大多数人，包括女人，都会被小说和不平常的事吸引。

预料性是让你变的有魅力的最大的敌人。

如果你的行为总是让女人猜中，显然你的吸引力会降低。

所以尝试做一些有趣但让人觉得意外的事。

如果她要你吻她，告诉她，不。但晚一些你想吻她时再吻她。如果她想做在你的腿上，推开她。当你想抱她的时候再紧抱她。

注意预测性的反面：不要为了让别人无法预测你而做的太过火。我只是说的无法揣测，而不是没有安全感、神经质。所以不要表现的太过头，否则你只会被认为是疯子。

另一点也许和这个没关系，但我在这里说下：不要过早地表现出自己的友好。 这包括接触和笑容中表现出来的友好。你做的太多，只是让你变的更加失败。 如果你过早表现你对她的兴趣，你就会被看做对她有需求。通过保持距离、向后靠等方法保持自己安

静、冷淡的态度，你会变的更加有趣。 相反你应该更多的与女人调情，让女人乞求你以得到一些她们想要的东西或者得到你对于某些事情的

许诺。 例如，如果她想要你吻她，告诉她如果她帮你捶背，你才会考虑吻她。等等 多运用你的想象力。关键点就是做一些意外的、不同的、但有趣的事。

总结一下，如果你的行为想法太容易被预测到，你就对女人来说就显得平淡无趣。人类总是自然地被 一些我们不了解的事情吸引。所以保持自己的神秘感。做一些无法理解的事，让女人无法揣测你。

4.11 关于测试

对于这个问题我的看法是，女人总在不断测试男人。她们索要东西、提出需求、抱怨、命令、表露情 感等等。

明白我在说什么吗？ 直接给出例子好了：

当女人试图测试我时，例如，如果她说，“我不喜欢你听的重金属音乐”——我会把接受到这个信号， 把它认为是一种测试，将它原封不动地送回——我可能会说，“哦，我想你也不喜欢做我的车了吧，因为我总是在放重金属而你会抱怨。”（用半严肃的语调来说这个，这样她就不知道你是否是在开玩笑了）这给人的感觉就是，她在试图控制你，但我把她的问题原封不动的丢了回去。当你这么做时，女人会 明显感到这一点的。

虽然很难相信，但我听很多女人说过，“我讨厌那些没有主见的男人，我说什么他就做什么”，或者说 “我总能使唤他，这一点意思也没有。”不少女人对新认识的人进行这样的测试，看这个人是否会按她们所说的话去做。我现在从不接受任何 要求或者试图控制我的行为。我通常只会笑着说，“可爱”。通过笑着说可爱，我短路了她们的测试电路， 让她们知道我不想她们想象的那么容易征服，她们面对的是一个更大的挑战。

4.12 语调

语调是非常重要的。 如果你想成为把妹达人，那么请开始练习自己的语调，你需要深沉、洪亮、悦耳、清晰的语调。 无论你的语调是几乎没人听过的难受的唠叨不停的高声调还是什么样。 只要你愿意，你都可以改进你的语调。 最重要的是，先尝试放慢你的语速，让声音变的深沉。 当你讲话时，你应该可以明显感觉到你的声音在你的胸腔内共鸣。

练习并掌握这点。

我强烈推荐你去买或者下载 Carol Flemming 的“The Sound Of Your Voice”音频。 或者在 eBay 和 Amazon.com 上找一些语音训练的磁带。

语调确实值得投入精力和反复练习。女人通常无法抗拒性感的声音。这是一个重要的部分，所以你应 该开始注意它。

4.13 恐惧感

如果你需要消除和女人交流时的恐惧感，你应该读读这本书，Susan Jeffers的《Feel The Fear And Do It Anyway》。这本书是让你消除恐惧感的最佳读物。

4.14 无视她的“不要”

我通常听到的是这样的情况： “不要 不要 不要 不要

不要

不要

不要

不要

我们开始做爱吧”

在这里，坚持是关键点。不要放弃你的想法。如果女人说，“今天晚上我们不能做爱”，我立刻会告诉 自己，“喔，她只是让我知道她感觉到了诱惑，只是通过说这个让自己摆脱责任心。所以今天晚上的事显然有趣又简单。”

关于这个观点，相信我。 女人的话总是浅显而且毫无意义。你应该观察她们的行为。

当然不要认为你抚摸她时，她说“住手”就代表她想让你上她。你的这种愚蠢的想法可能会让你在监 狱里度过余生。

你要注意，她说“不要”时眼睛中是否怀着渴望和激情。如果是，那么她的意思就是“继续，吻我的 脖子、爱抚我、闻我、说些浪漫或者性感的情话。”

我意识到女人总是在不断改变自己的想法，下一次你对她讲话时也许她就是完全不同的心情，等等。 如果你确实想要她，不仅仅因为一句“不要”而放弃。

4.15 如何回答你想逃避的问题

女人总是喜欢问各种问题，有很多却是男人不想回答的。诸如：“你最近还有和其他人约会吗？”“你对婚姻有什么感觉？”“你想要孩子吗？”“你对我什么感觉？”“我穿这条裤子看起来很胖吗？”这样，你明白我的意思了吗?

是的，这些问题花费了我不少时间，最终我发现解决这些棘手的问题的最好方式就是：含糊其辞。 那么我们看看是如何“含糊其辞”的。如果她问你一个棘手的问题，不要紧张，给她她所希望得到的答案。然后在用幽默的方式把这个答案否定掉。 例如：

她问：“你还在和其他女人约会吗？”

你的回答：“没有……和其他男人约会在。” 明白了吗?

另一个例子： 她问：“你爱我吗？”

你的回答：“当然……不过只作为朋友的爱。”

再看一个： 她问：“昨天晚上你在哪？我打电话没找到你。”

你的回答：“我在家里想你呢……不过你电话打的太晚了，我已经喊了 10 个小姐出去玩了。”

开始我以为这种回答问题的方式不会奏效。不过我尝试几次之后，发现它们几乎完美解决了所有这类问题。 当然如果她对你的回答不满意，继续追问，“哎，认真点回答……”你可以说：“不，我是认真的。我昨天在家里想你。是的，我确实想你了。但之后我和 10 个女人出去 了。你觉得怎么样？什么，你觉得你的地位不保吗？”如果你继续沿用你的回答，她们终会放弃。 你应该有信心，遇到这些问题时不要有失败感或者紧张。这种方法对任何人都适用。记住，女人会注意到每一点暗示，如果她们认为这个答案是她们所不想听到的，她们会放弃、不再问这个问题。

4.16 第四章必背要点

* 保持框架，通过她的测试。

记住有吸引力的女人总是可以得到她们想要的一切，在她们无法得到东西时才会烦躁不安。 女人总是不断测试你，看你到底落入她们的圈套多深。这就是大多数男人被困住、失去自己的个人魅

力的地方。所以要时时注意这种情况，注意她的测试，保持框架。提醒自己，她只是你生活中的客人而已。

* 先结束每次聊天。

大多数男人总是错误地留连在女人身边，他们觉得只要女人不觉得烦，自己就应该更多的和女人待在 一起——无论是在打电话还是出去玩。

但这种想法不对，你应该在聊天时主动结束聊天。通过这样做，你告诉她你对她并没有需求感，你仍 然有自己的生活。

这样，你就与她以前约会过的那些蹩脚没用的家伙完全不同了！

* 通过保持神秘感赢得她的好奇。

很多男人在第一次约会时就迫不及待地把自己的生活经历完完整整地告诉女人。

这是很糟糕的做法。 而你应该对自己的生活做一些掩盖，掩盖一部分或者一些细节，而让她对这些空白产生想象。 这个是好的做法，即使在讨论一些某些人喜欢吹嘘的话题时，像工作、人际关系或金钱。 我认为，如果你想给女人留下深刻印象、让她们喜欢上你，多留写空白让她们自己去发现，这样才会给她们留下深刻的印象。 不仅仅是这样，当你保留了一些信息时，这也让女人急切的想发觉出来，这也让女人会给更多的机会和你在一起。

* 用自大风趣的幽默保持她的兴趣和注意。

记住…… 除非答案是“不”，否则绝对不要给女人直接的回答。

如果女人抱怨你做的事，你应该说“我很高兴你喜欢它”，然后继续你的事。 故意曲解或者夸张女人说的事情，在谈话中试图找出一些可以开荤玩笑的线索。 对于自己的幽默或者笑话，尽量少发笑。

* 锻炼出女人无法抗拒的深沉洪亮的声音。

女人喜欢那些声音有命令力的男人，这些男人仅仅通过声音就可以在女人心中得到很高的位置。所以 花一些时间来练习自己的语调，你很快就会从中受益。

第五章 外表和身体语言

很多想学习pua的人都问我诸如，“什么样的台词是好的台词？”或者“当她们这样说时，你会怎么回应？”的问题。

但是他们都忘记了，其实语言只是一种次要的交流方式。只有在没有更方便快捷的方式时，人们才使用语言。

当两个人面对面交流时，大多数信息都通过身体语言和语调来传达，而只有少部分才通过语言。

我看过一项研究表明，只有7%的交流的内容是通过语言表达的，而通过身体语言和语调传达的交流内容占据另外的93%。

那么你认为和女人交流时哪个会更有效呢？

对，没错……是身体语言和语调。

5.1 身体语言基础

很多人都认为女人比男人在身体语言上要敏感的多。

我只想说下我的个人经历，女人可以察觉到一切身体语言所表示的内容。你可以找一位女性朋友让她描述下最近某人过的怎么样，期间你看着她，你就会惊讶于她们通过身体语言告诉了你多少信息。

女人与她们的身体语言保持如此的一致，你可以从中学到一些如何通过身体传达自己消息的基本知识。

我的一贯观点是，女人喜欢有自信但又不自大的男人。

大多数女人都会告诉你，她们讨厌和自大的男人在一起，不过我发现如果你同时拥有幽默感和一点点自大，对女人是有巨大杀伤力的。

那么你如何用你的身体语言来表现自信呢?

首先，注意你走路和站立的姿势，抬头，肩膀向后靠。

其次，放慢你的每一个动作，让你的手势姿态看起来优雅、不慌不忙。

再次，当你和女人面对面时，保持目光的交流。不要移开你的目光，除非她们先移开目光；你也可以抬起眉头、斜着眼睛看她。

我在身体语言方面下了不少努力，我最后发现通过放慢自己的动作，我成功地建立了神秘感和吸引力。我练习如何放慢自己的脚步、手势，我应该以什么速度转头，我应该以什么语速讲话，甚至我应该以什么速度眨眼睛。

另外，为了表现自信，你还应该伸展你的身体，甚至占据更大的空间。比如你坐着，你不要交叉你的腿或者手臂。自然张开你的双腿，仍然保持肩膀向后靠。身体不要前倾，向后靠。

也许有些人没有注意过这些身体语言，但是这些小小的细节都会在你和女人打交道时带来巨大的不同。

女人发现你的不安全感、需求感和不自信的速度总是快得令人惊异。

我个人认为，一个有自信的男人（或者更特殊一点，只要女人认为他是有自信的）会无意识无条件地吸引住女人。我的意思是，这种行为会激活女人头脑中的某个开关，让她们无法逃离这种吸引力。

如果你想找一个有自信的典范，你可以去看看007-James Bond的电影。你会发现他几乎不笑，我试图回想但是没有想出他有过笑的时候。

但James被人为是有男子气概、性感的典范。

那么他是否按照我上面所说的去做了呢？当然。事实上，我正是从他身上找到这些答案的。

另一种表达自信的方式是，在讲话时做停顿。有意的停顿可以造成悬念、引起注意。

例如，当你说，“这么说吧，如果我是你，我会告诉她我是怎么想的”。你应该这样说，“这么说吧……（停顿）如果我是你……（停顿，表情认真地看着她的眼睛）我会告诉她我是怎么想的。”

这表述方式所表现的内容不仅仅只有表面的语言。表面上你只是在

进行很普通的谈话，但深层次上你表现了悬念和自信、神秘感。

如果你学会了如何将诱惑性的语调和身体语言融入对话中去，你会发现你可以让女人开始在你面前讨论起各种随便想起的事情，例如天气等等。她们已经开始喜欢上和你的谈话了。

记住经常停顿。这会给你与女人的交流带来意想不到的事情。

5.2 女人的IOI

我看过所有的书都这么说，“如果女人歪着头、舔嘴唇、抚摸头发、转过头从肩膀上看着你，等等，那么至少有67%的可能性是，她们对你有兴趣了。”

下面是我自己的感想：

我现在所寻找的最主要的信号是，“她是否对我表现地友好？”

当然有些女人总是对大多数人友好；但如果一个女人表现地友好，并且总是投入你们的有趣的谈话中去，这也会让你非常容易表现自己。

那么之后一个关键点就是，继续提升和她的关系、试图进入下个步骤。

我得停下来解释一下这个。

很多人没有意识到他们需要不停地提升两人的关系。

如果你们的聊天很愉快，那么向她要电话。

如果你们在外面散步，并且聊得很开心，那么接近她并吻她。

如果你们在你的房子里看电影、接吻，那么牵起她的手，带她去你的房间……明白了吗?

一直提升你们的关系。

女人喜欢这个，也期待这个。如果女人觉得这种提升不舒服，她们会告诉你的。但不要担心。在下一次机会出现时，继续重复这个过程，提升你们的关系。

但不要强行提升你们的关系，而只是等待下一次机会。

关于这些内容你可以去看看：

Julius Fast的<Body Language>第七章。我至少把这章读了50遍。也许你开始不怎么能看懂，但希望你能多读几遍，这样你就可以明白它的全部意思了。

另外也可以看看Ellen Fein和Sherrie Schneider的<The Rules>。没错，就是那本写给女人看的书。不过你也可以看看，它对男人同样有效，比如我提到过的它上面写的成为先结束谈话的一方，等等。

还有Michael Morganstern的<How to Make Love to a Women>。这也是一本不错的书。学习怎么变的有趣，做它上面提到的一切必要的事。这确实是让你在众多男人中闪亮发光、脱颖而出的魔法元素。

5.3 关于拥抱

我个人非常喜欢拥抱。我在某天晚上和一个女孩聊电话时偶然发现了一些事情。当我们讨论到关于男人和女人的区别是，我说了这样的话：

“你喜欢拥抱吗？我真的喜欢拥抱。事实上，如果让我选择做爱和拥抱，我更乐意选择拥抱。不要理解错了，我也喜欢做爱，但拥抱却更让我觉得舒服。你尝试过整晚上抱着喜欢的人吗？”

“我也喜欢接吻，我可以亲吻、拥抱、爱抚我的女人整晚，这让人感觉太美妙了。”

当我说完这些时，她告诉我，“我想我现在已经准备好了”……她要求我和她电话做爱！

我这样几次尝试过谈起这个话题，效果都差不多，我想这不是偶然。

当你和女人聊天时，如果你开始讨论接吻、拥抱、爱抚，而你非常专注于它，“我喜欢让我的指间滑过你的肩膀，抚摸你的脖子”……女人会感觉她们似乎真的在体验这种爱抚。

你可以尝试一下。

如果你学会用这种方式激起她们的想象，你就可以只在电话上就把她们撩的火热。

我想你知道这种能力会带来的好处吧。如果你不知道如何讲些浪漫的场景或事情，你只需要读几本爱情小说。我想虽然爱情小说通常没有什么意义，但你确实可以使用到它们，而且效果很好！

5.4 第五章必背要点

*我们交流中的93%都是通过身体语言和语调

记住在交谈时女人总是看着你，通过每一个细节来发现你到底是一个什么样的人。

注意你走路站立的姿势是否挺拔。保持肩膀向后，抬头。让你动作不慌不忙，在你说话时多做停顿，这些都会在女人面前形成她们无法抗拒的自信光环。

*目光交流是关键

当你和女人目光相接时，保持住这种交流，可以稍微转头、微微斜视她，但不要移开你的目光。斜视、加上轻轻抬起眉头，这会让女人瞬间觉得自己在和一个自信的男人在一起。

*不要浪费时间去理解女人。而只用不断的试图提升两人的关系

我发现试图去理解女人完全是在浪费时间。

如果女人表现地对你友好，那么向她要email地址或者电话。

如果你们在外面散步、一切表现的顺利，那么接近她并吻她。

关键点就是一直去试图提升两人的关系。无论结果是什么，你什么也不会失去，而且只会让你下次的成功更加容易。

*学会和女人聊天时激发她们的想象

当你向女人描述起拥抱和接吻时，她们会开始想象这些事情发生在你和她之间。

读几本言情小说，然后注意作者对这些事的描写。也许你对它们没有感觉，但是记住，女人却会对它们疯狂。所以放心地使用它。

第六章 一些需要掌握的基本的知识及更多关于如何吸引女人

做好准备！期待

我觉得确实很有趣，因为有些人总是期待着失败。我曾经听说过这样一句话，“女人不会上一张没有整理干净的床。”仔细想想，这句话很正确。我的观点就是你不仅仅应该在你头脑中期待着成功，而且应该在生活中做好准备来期待成功。

这些就是一些期待成功的做法：

1.保持你的房子整齐、干净

2.保持你的床上铺的是干净的被单

3.在房子里总备有一些饮料，以便招待随时可能来的客人

4.在你的房子里准备好一些小道具（“小雨伞”之类）

知道我的意思了吗?

如果你没有准备好接待女人的来访，你无论在其他方面尽多少努力，你都会失去不少和她的机会。

现在想想那些需要你事先准备好的东西，让你在车上或者自己房子

里和她在一起的时间不会有什么不快或障碍。

那么我们开始讨论一些可以让你与众不同的事情吧。

6.1 学会烹饪几道小菜

学会烹饪会给你带来很多利益。

它比外出吃饭更便宜，你可以吃自己想吃的。它也不会浪费太多时间，你不再需要试图用某种借口让女人跟你回家（因为她已经在你屋子里了），它很浪漫，它显示出你的品位，等等。

首先，自己准备一条特别的围裙（我用的是一条印着母牛图案的）然后买一两本烹饪书籍（或者在网上自己找几道菜谱）。

像通心粉这样的东西又简单，又可以配合着酒和蜡烛营造气氛。当你做菜时，你可以给她斟上一杯酒，让她自己在一边看女人喜欢看的电影，或者让她坐在厨房的高脚凳上看着你做菜。

另外，还应该准备一些盖着草莓的巧克力作为甜点。这简直完美了。（当然如果你可以直接做巧克力，那还会有加分。即使做的不是那么好，不过你会自己做而且为她做了，目的就达到了。）

你可以这样邀请她，“嘿，我有个不错的主意。我想下厨做些我喜欢吃的通心粉。你过来一起吗，我来准备晚饭。”

这个几乎不会被拒绝，即使对于你刚认识的女人。

6.2 学会一些冷读的技巧

女人喜欢星座、塔罗牌、手相、笔迹分析、心理学等等一切你觉得男人完全没有兴趣的东西。

这些就是你应该去学的：

Karen Amend的<Handwriting Analysis>，Dennis Fairchild的<A Little Guide To Life's Secrets>和Denise Brown的<An Introduction to Hand Reflexology>。你可以在Amazon.com上订到这些书。

然后静下来，花一晚上时间看完这些书。学习一些基本的知识，这样你就可以告诉别人你可以从她们的笔迹中分析出什么，她们的手相，或是感觉到了她们心理上的压力，等等。

这些东西对女人来说都非常有吸引力的。

你所需要做的只是牵起女人的手，看着它，然后说，“喔，你确实是一个很有趣的人。”

仅此而已。这几乎像魔法一样有效。

学会冷读后，告诉她她的所有心底的渴望，你可以直接开始手掌按摩或者脚底反射按摩。我想你掌握这些技巧后就会发现它们究竟能带来多少帮助。

另外，你也可以学习一些更进一步或是更特别的按摩技巧，这没有坏处。你可以自己去买几本书来好好学学。

6.3 准备一些小道具

放在屋里、房间里的小道具会提供给你或女人一些话题。

例如你房子里的大的绒毛填充玩具就是不错的道具。

你的宠物狗也是不错的道具。

你和你妈妈的照片也可以成为不错的道具。

或者我朋友用过很多年的彩色蜡笔也是很好的道具。

我的观点就是，你需要在你的房子里放一些特别的，有趣的，可以吸引人玩、谈论、注意的东西。

某些主题的书或者杂志也是很好的道具。我在书架上放着一本Nik Douglas和Penny Slinger写的<Sexual Secrets>。起初我并没有意识到它会如此受到关注，只是每次我的朋友，无论男女，在看我书架时都会立刻发现这本书。我想是因为这本书本身很大很厚，主题也非常有吸引力。所以你应该收藏一些类似的书，用来引起话题或引起别人的注意。像我之前说的那本关于手相学的书就是很好的道具。这本书只有3英寸见方。所以你可以把它随意地放在咖啡桌上，放在女人可以看到的地方，这也会引起你们的活动，关于手相学讨论或者看手相的接触，等等。

魔术是另一种非常好的道具。你在一下午的时间里学到一些简单的硬币魔术的技巧。这些小魔术用来引发话题或者与服务员游戏都不错。事实上，魔术是所有道具中最有效的。

另外如果你会乐器，一定把乐器放在可以看到的位置，并且让它们处于随时可以演奏的状态。当然，如果你会的是手风琴或是大号这类乐器，那就免了。

花一点时间来好好想象，你喜欢的女人究竟会认为什么东西是有吸引力的、有趣的、无法抗拒的。然后把这些东西放置在自己房子里。

6.4 绅士风度

我的经历告诉我，女人喜欢男人的绅士风度。

我个人就非常乐意做例如为女士开门等显示自己绅士风度的事。

这里列举一些你应该为女人做的事情，它们会让女人觉得你的魅力无法抗拒：

为她们开门。我为她们开所有的门，车门、房间的门、餐馆的门，任何在我们面前的门。只要你稍微走快几步，为她打开每一扇门，这一定会创造出很好的印象。

为她们拉出椅子。当然只在有必要的时候才这么做。但只要有必要，你就应该为她们这么做。女人喜欢男人总在关注她们，时时愿意

照顾着她们。还有另一种让你表露出这种照顾的方法。

在人行道上走在外侧。大多数男人，甚至很多女人都不知道为什么男人应该走在人行道的外侧（靠近交通的一侧）。答案是，如果有汽车失去控制、驶上了人行道，那么她会是安全的、而你可能被撞到。你需要这么做，如果她们不知道原因，向她们解释。这会让她们感动。

6.5 第六章必背要点

*计划着如何成功-

整理你的房子，让它看起来整洁、拿的出手，包括每天叠好被子、整理好床铺。你会发现做这些小事情会让你整个人自信心大增。而且当她打算来你房子时，你也会自然、不显得慌张-

学会做一些简单可口的饭菜。比传统的约会，这样更便宜更浪漫，女人喜欢这样-

学习例如星座、手相、笔迹分析或者按摩技术来让事情进展得顺利-

各处放置一些小道具。像填充玩具、宠物、你和你朋友或家人的照片等等都是很好的引起话题的道具。

*表现出绅士风度-

绅士风度和自大幽默的结合，会让女人绝对无法抗拒。只要做的正

确，它就会带来魔力-

当你和喜欢的女人在一起时，记住帮她开每一扇门，帮她拉出椅子准备好位置，并且在街上时走在人行道的外侧。当你送她到她楼下时，一定要陪她走到门口-

保持自己的绅士风度。

第七章 如何与女人认识

我的直觉告诉我，关于“认识女人”有几个主要步骤。我头脑很自然把整件事分为了几个步骤。

我在头脑中把认识女人分为“接近女人”“要电话”等等几大块内容。我会在这章和下几章中讲完这些内容。

我想补充的是，不同的人对认识女人、寻欢作乐和关系有这不同的理解。

我不想做什么论证让你信服，我看到这个问题的方式是最好的，我只是想把我个人的一些价值观和你分享。当我和一个女人在某种关系中时，我相信这种关系是排它的，也就是说我对这个女人是忠诚的。

如果我是单身，我会和任何我想约会的人约会，在任何我想约会的时间去约会；无论是否牵扯到性或是同一段时间和很多女人约会见面，这些都没有关系。但是当我不是单身时，我就会对我喜欢的人忠诚。有些人并不是这样的看法，我不提谁对谁错，我只是想告诉你我在这件事情上看法。

另外，我想和你分享的这些内容会对你有帮助，无论你是刚认识一个女人还是认识了很多年，甚至你们已经结婚了。

和男人的想法相反，如果你愿意花时间学习我教你的这些内容并且照做，女人会很喜欢这些。因为这些内容会让你们在一起的时间更有

乐趣，对她们来说更有吸引力。

7.1 哪里可以遇到喜欢的女人

有一个很简单的准则：如果你想遇到更多的女人，你就需要去她们常去的地方。

如果你喜欢爱运动的女人，你可以去健身房或者健身房旁边的咖啡店或者果汁店。

如果你有内涵的女人，你可以去上瑜伽课或静坐班/禅思班。

如果你喜欢体型大的女人，你可以去减肥俱乐部看看。

明白了吗?

这里的关键点就是，让你出现在有高几率遇到女人的地方。

一个明显可以找到单身女人的地方就是酒吧和夜店。但是这些地方也有一堆欲火中烧的男人在不停寻找搭讪的机会。

我会晚些来讲在不同情况和场所下，如何与女人搭讪。但是我想先让你自己想想，你喜欢的类型的女人会在哪闲逛，然后自己去那里看看。

另外一个可以认识女人的好方法就是通过网络。如果你想练习如何和女人聊天，你可以加入AOL的会员。大概每月23.9美圆，你就可以

24小时和女人聊天。我几乎把AOL看做一个女人的模拟程序。只要你登陆上去，开始聊天，对面的“模拟程序”就开始陪你聊天。而且额外奖励就是，如果你认为和你聊天的对象很有趣，你还可以约她出来认识她。

我认为你应该尝试思考并问自己这样的问题：“如果我是我喜欢的那类女生，我会去哪里闲逛？”

然后在不同的时间去那些地方，看看到底什么时间去是最好的遇到女人的时机。

我有一个朋友他经常去机场逛，尤其是有来自世界各地的航班的时候。因为这些航班上通常都有非常吸引人的美女出现。

我还认识一个人喜欢去书店搭讪女人。

另外还有一个朋友喜欢去上亚洲舞蹈的课程，并以此来结识女人。（当然他不是亚洲人）

这些是大体上不错的认识女人的地方：舞蹈班，健身房，书店，咖啡厅，超市，健康膳食馆，酸奶商店，沙龙或者化妆品商店周围的一切地方。

只要你在生活中留心注意，你就会发现女人到底喜欢去哪些地方。

另外得提示你一句，如果你住在比较偏远的地方而你又希望能遇上一些非常漂亮的女人，那么你应该考虑搬去大城市住。我的经历告诉

我像纽约、芝加哥、洛杉矶这样的大城市和小城镇的差距是巨大的。有吸引力的女人都会聚集在大城市里，因为那里对她们来说有更多的机会。也因为大城市是她们更有可能遇上有钱、出名或者成功的人的地方。

我感觉在大城市的一间餐馆里遇上的美女可能比整座小镇上能遇上的美女还要多。

所以你应该想想你到底所住的城市的情况，这和你是否能遇到你喜欢的女人有很大的关系。

我也发现很多女人都喜欢在一些普通的地方“偶然”邂逅男人。这只是很普遍的女人心中的幻想而已。

女人喜欢这种不期而至的浪漫。

在一个普通的地方搭讪女人比较好的一点就是，因为在普通的地方你不会因为别的事情分心，而且也没有人会来和你竞争。

当你在寻找未来的伴侣时，你应该记住这一点。

7.2 如何和女人认识

那么现在就开始讨论如何认识女人的细节。

当男人想搭讪女人时，总是试图寻找各种条条框框来让搭讪“显得自然”。而大多数女人都在幻想在一个合适的地方发生一件完全没有预料

到的浪漫的邂逅，就像电影中发生的情节一样。（注意这里的矛盾：“完全没有预料到的”和“就像电影中发生的情节一样”）。

我现在的看法是，不要试图掩饰你搭讪的本意，反而让美女感觉到你在搭讪可能会更好。只要你是一个足够有趣的人，你肯定会获得她的关注，这才是最重要的一步。然后你就可以依靠自大和风趣的做法，慢慢获得她的好感。

所以，不必隐藏你正在搭讪一个女人的事实，让女人知道这个也无妨，只要你可以做到自大和风趣（并且保持框架，让她们反过来搭讪你！）。

7.3 开场

开场其实很简单。

我尝试过大约50种不同的台词和方法搭讪女人，最终我发现那些最简单易行的方法往往效果最好。

当我在一个很多人的环境里，我和我的朋友在一起，我喜欢问女人关于某些事的观点来开场。整个过程大概是这样的……首先，我会选择一个问题，通常是关于时下流行的事情或者一些和性别差异有关的有趣的琐事。对于那些漂亮聪明的女人来说，以这样的问题开场有着令人惊讶的效果。

我最近喜欢的开场是这样的：“嘿，我想问你一个问题。我和我的朋友在讨论一些事情，我们想知道女人到底是怎么看到这个问题

的……”（这句话是非常有杀伤力的。我想了很久都没有找到原因，但是它确实非常有效，相信我）。然后我说，“我最近在网上看到研究说，美国女人的平均身高是5英尺4英寸，150磅重，穿14号的衣服，你觉得差不多吗？”喔喔喔喔喔喔，太漂亮了

我喜欢这种开场！

这种开场白总能一下子抓住女人的兴趣，立刻引起后面的谈话。

另外还有些不错的开场，像“你认为男人可以了解女人真正想要和需要什么吗？”和“你知道最近的新风潮是女人喜欢自己买单吗，还有Charlie's Angel's的主题歌也正是关于这个话题的，你有什么看法？”

学到了吗？

在开始谈话之后，开始使用自大风趣的聊天方式，你会发现你在走向成功。

如果我是一个人单独行动，而女人是一个人或者和朋友在一起，我通常用赞美的话开头，具体赞美的东西要看情况而定。

我一般试图把开场白与当时的情况联系起来，这样它听起来不像罐装材料那么生硬没水准。我喜欢搭讪的女人一般都可以感觉出生硬的罐装材料。我想是不是因为最近这些罐装材料开始流行了，女人就像狗可以嗅出附近小猫的气味一样对这些罐装材料太敏感了。

我可能会说，“打扰一下……（停顿一下，造成气氛）当我走进来时

我就注意到你了，但我花了一秒钟才看清你的相貌。”或者一些类似的赞美的话。

应该让你知道的是，其实当你搭讪女人时，你说了什么内容并不如你说它的方式来得重要（还记得我讲过的个性的问题吗？）

所以你应该保持认真严肃的态度（不要有大笑的表情），这样接近女人才不会让她们觉得你过于兴奋了。然后带着一种不慌不忙、带有神秘感的自信来和她讲话。

我遇到过很多人，他们都胆怯、不敢在街上和不认识的女人搭讪。事实上，我最开始研究如何和女人来往时我也存在这个问题。我的建议就是，多尝试，一直到你已经完全克服掉它。

我认识的一个人就花过一天时间去商场，和他见到的每一个女人搭讪，来消除自己的恐惧感。他说在最开始时，他感觉很糟糕，但这种恐惧感在几次尝试后就消失了。当他第二天去商场做同样的事情时，恐惧感更快地消失。现在他已经可以在任何地方向任何一个女人开口搭讪了。

你应该记住，女人在你面前拥有的所有信心都是你给予的。所以不要给予她们信心。把信心留给自己。

如果你的搭讪被女人打枪了，或者你碰上了一个性格古怪、不容易往来的女人，那么就尝试下一个吧。坚持才是最终的胜利。

7.4 在网上认识女人

美国在线是给那些不愿意出门但又想认识女人的懒人的最大的礼物。

你可以想想！

那是一个别人只通过你的性格而非外貌认定你是一个什么样人的环境，一块供大家交流玩乐的平台，一个你可以花些时间慢慢思考你该说什么然后再不紧不慢的说出来的场所，一个你可以用慢动作来慢慢练习每一个步骤的地方。

简直太棒了！

第一步：获得一个AOL帐号。

第二步：上www.amihotornot.com，上传几张你的不同的照片看看哪张可以得到最高的评分。选出评分最高的几张，以后在网上就使用这几张照片。（我试过若干照片，最糟糕的只被评为3分，最高的有8分。同样的人，仅仅是不同的照片，差别就会如此之大！另外还有一点，你喜欢的照片并不一定就是女人会喜欢的照片。所以通过这种方法评判一下。）

第三步：在AOL上建立一个个人的相册，另外可以也在其他在线网站上建立相册。（确定你用的在线相册是别人可以看到的）

第四步：学会如何在AOL上查找其他用户，并开始和他们聊天。

第五步：去一些聊天室，看看人们在网上都是怎么交流的。

第六步：练习一下自己的打字速度。在网上，打字速度快是有很大优势的。

第七步：使用我教过的交流技巧和女人聊天。你的幽默感是关键点。

第八步：尽快要到女人的电话号码，尝试开始聊电话。不要仅仅成为又一个网友。你电话要到的越晚，你可以约到她的几率就越低。

第九步：找她多要几张照片。问问她们和照片上的形象有没有变化。我曾经遇到过非常糟糕的情况，我甚至根本不愿意讲出这件事。总之听从我的建议，问清楚每一点。

第十步：有些女人非常小心胆怯，不敢与网上认识的人见面。而有些就不是这样。当女人不敢和我见面时，我喜欢拿这个和她们开玩笑，把错误归结到她身上。我会这样说，“你看起来确实很漂亮。我想你应该电话我、喊我出来玩，不过我又担心你是不是坏人，或者是不是男人装成的“女人”……”

总之你应该自己尝试一下。也许学习一些网上把妹的技巧会花费一些时间，不过它是值得的，因为你可以在任何你愿意的时候都可以找到女人聊天。

7.5 在舞蹈班上认识女人

另外一个可以遇到大量单身女人的地方就是舞蹈班。我知道，这听起来有点耐人寻味。但是舞蹈班上几乎都是单身女人，她们喜欢会跳舞的男人。或者说，她们甚至喜欢想学习跳舞的男人。

我只简短的讲一下：

大多数基础的舞蹈班都是同样的模式。你和各个舞伴都有一些不多的时间在一起练习。这太棒了。

我给出一些可以在舞蹈班上使用的自大风趣的例子……

“你好，我是你未来三分钟之内的主任。如果你跳的好，表现得不错，也踩到我脚也没超过40次，我就让你做我的朋友。”

“那开始吧，给我留下好印象哦。”

“我只想告诉你，虽然你舞跳的这么差，我也不认为你有什么不好的地方。”

你只需要花五分钟来记记这几句台词，你就甚至可以改变你的人生。

7.6 吸引住女人的兴趣

在吸引女人上我认为最重要的一点就是，不要表现得太高兴。

女人总是被冷静、对她们几乎无动于衷的男人吸引。那些绝对的美

女天天应付那些面对她们讲话都会紧张的挫男，而当你表现的非常冷静、镇定地和她们聊天时，她们就会觉得你与众不同。

绝对不要让她们觉得你在一开始就对她们产生了兴趣。

我今天晚上才刚看了一本讲猫的书，上面说猫一般会接近一件房间里对它最没有兴趣的人。无论是怎么判断的，猫都知道那些不注意它的人才是可以吸引他的人。女人也是同样的。

我知道这个观点听起来似乎很奇怪，但如果你表现的对女人毫不在意，你就会发现女人开始用“到底是什么原因？你不喜欢我吗？”的态度回应你。也许你认为这只是一种小伎俩，但我想它对于女人来说是一种有趣的事、调情或者挑战。另外，我和很多熟识的女人都说过这个问题，她们都认为这种不在意的态度会有效，她们也很喜欢我总是用这种态度对待女人。

7.7 获得手机号和email地址

我没有认为仅仅要到电话号码就应该停手。而且我现在觉得email地址可能更好一些。

我来解释一下。

几年前我曾花了很多时间来完善我的要电话的技术。当女人独自一人时，我可以走上去，在1分钟之内拿到她的电话。但之后我发现，就像疯狂的科学家总喜欢钻入一些死胡同一样，其实要到电话离成功还差的很远。

女人会出于各种原因给出她们的电话。有些是喜欢那种整天接一堆男人的电话的关注感，有些给出号码是为了拒绝男人，还有一些是真的被你所吸引给出的号码。但根据我问过的不少男人的反馈和我个人经验来看，女人在电话中的反应和她们与你面对面交谈时完全不同。

当你给一个女人第一次打电话时，她总是表现的很冷淡甚至更糟糕，有一点点粗辱。

所以我发现要email地址不仅更简单，而且当你之后再联系她时通常可以得到更好的回应。

也许是因为女人认为，你写email时会花更多的时间去思考你该怎么说，她们更喜欢这种方式。

另一个好处就是，email可以在任何时间回复。

如果打电话，你必须当时就接电话。而email可以在任何时间回复。

而且我发现email比语音留言得到的回复的几率更大。

下面就是如何要到email和电话：

当我和女人聊天3到4分钟时，我通常会说，“喔，真的很高兴和你聊天。但我得回到我朋友那里了。”她们通常不知道应该怎么做，因为她们已经习惯于那些一直围绕着她们的男人。当我刚转身准备离开、我们之间似乎已经没有了联系时，我转回去说，“嘿，你有email吗？”

如果她们说“有”，我就拿出笔和纸让她们写下来。（就是这么简单。她们说有email，我就认为她们是愿意给我email的。而且事实上她们也确实如此，至少我没有遇到过意外。）然后我说，“把你的电话也写下来吧。”即使我并不打算打电话过去，但这种行为只是一种能力的表示。当你要email时，通常你的风险很低。女人会认为，“没问题，我可以给他。”但她们在写email时，我同时又要到了电话，这感觉非常自然。

但如果她们说没有email，我会调侃她们，“呃，那你们那有电吗？”之后我继续，“那好吧，虽然我更喜欢email，但是你没有，那你就告诉我你的电话吧。现在和别人打电话联系真是越来越不习惯了。”

我希望你能明白刚才那些做法的原因。当她们开始写号码时，我会说，“打这个号码过去，你会接吧？”如果她们不说话，我就说，“嘿，写下你的真正的号码吧。没有关系的。我只会一天给你打9次电话。”她们会笑起来，然后告诉我她的真实号码。

你要记住，你所要做的就是问她们，问清楚。

就像我说的，我试过各种要电话的方法。很多人说，“但是我应该怎么告诉她我要电话或者email的原因？”我想说的是，从来没有女人问过我为什么要电话。如果你问她们要，她们就给你，她知道你为什么想要电话。如果她不愿意给你电话，她也知道你为什么要电话。这件事就是这样，没必要多想。

如果你每次都尝试要电话，你以流畅、自信而且冷静的这么做，你

一定可以收获一堆email和电话号码。

记住：随身带一支笔。

7.8 对常见情况的漂亮处理

有时你和你的朋友和一群有吸引力的女人在一起，突然有一个女人说，“你们真的很幸运，和我们做在一桌。”

我遇到过这种情况。我有一些在这种情况下使用的惯例：

*“是的，我们很幸运。我都不记得上次和这么多无趣的、找不到男人陪他们聊天的女人坐在一起是什么时候了。”

*“这和运气没有关系，亲爱的。我们和你们聊天，只是因为你们看起来比较容易接近。”

*“哇噢，我想如果我再幸运点，我今天就会醉到吐，然后根本不记得今晚发生过什么。”

*“喔，谦虚点。你们也不是那么有吸引力。”

同时有时在某个女人面前，自己会选择退出把妹的范围，而只把她当作朋友，这样可以给女人了解你的机会。在不同情况下，这里有些不错的处理方法：

*当女人站起身来准备离开时，这是找她要电话或email的好时机。

走过去，说，“你好，我刚才就想找你聊天的，可是我忙着没过来……你叫什么？你有email吗？”简单吧。当她打算离开的时候，这样问就显得非常自然了。

*如果有人问“你多大了？”，只用回答“我17”或者“别这么问”。

*如果你email第一次邀请女人去你的房子，你可以说，“看看，虽然我很想让你见见我房子里的其他女人，但我还是想等到和你约会以后才让她们和你见面。虽然我们一起喝过饮料，但我想这还不算约会，所以不该让你去我房子。不过如果你真的非常想去我那看看，那么就开车过来、按下喇叭，我就回出来接你。不用担心我的邻居会被你吵到，我已经摆平他们了。那么7点钟见面。”

*我认识一个朋友，他在餐馆搭讪有个不错的惯例。出现他想搭讪的女孩后，他叫来服务员，对他说，“你可以帮我把这张纸巾交给那边的那个女孩吗？不过别告诉她是谁给的。”然后，他在纸巾上画好三子棋（tic-tac-toe game）棋盘，然后在其中一个框内放上X。（通常再给服务生一些小费）

纸巾通常会再被传回来，这个游戏就这样继续下去。这很有趣，有神秘感，女孩也想知道到底是谁在和她玩这个游戏。我以前也试过这个方法，确实非常意思。无论最后你输了或者赢了，你都可以去她的桌子，说“我想我应该来认识一下这位值得尊敬的对手”或者是“我希望你聊天能和你下棋一样有趣”，等等。

有一点令人惊讶的事情就是，当女人提起性的时候你可以以此为话题和她调情，为她为什么要提起这个，调侃她说她欲念太重。你需要

意识到这是和有吸引力的女人调情的一种重要的方式。她们喜欢这样调情。有吸引力的女人通常会提起这个话题，来试探你的反应，或者判断你是否表现出紧张或不安全感。

这种情况下最好的解决方法就是，揶揄她，说她不该这么快就想到性，告诉她你还没有兴趣，调侃她。这是不错的幽默方式。这样做额外的好处就是，她会对你越来越好奇，好奇你为什么不像其他挫男一样在她们面前惊慌失措、表现得愚笨。

7.9 第七章必背要点

*去女人常去的地方

如果你想认识更多的女人，你就需要去女人经常去的地方。

想想你想认识的那类女人会什么地方闲逛，自己在不同时间去那里看看，找出那里女人最多、最可能有机会的时间。

在网上和女人聊天，练习你的技巧。你可以把网络看成一个模拟器，通过它你可以24小时和真实的女人聊天。所以尽多地使用它吧。

大城市出现美女的几率远远大于小地方，所以如果你住在小城镇上，你可能会发现你的地理位置阻碍了你。记住，住在小地方，你不会从中受益。

所以考虑搬到大城市去。像纽约、洛衫矶、芝加哥这些城市，遇上美女的机会简直不计其数。这些大城市的郊区其实也不太糟糕。

也可以尝试参加舞蹈课。那里有大量单身女人，她们喜欢那些对舞蹈有兴趣的男人。除了学到舞蹈，你还有机会在不同舞伴面前尝试你的自大风趣技巧。

*怎么开场

我最喜欢的开场方式就是问女人从女人角度看待问题的方法，尤其是一些和约会有关的事。

（例如，她关于大龄女配年轻男的看法，或者像Demi Moore和Ashton Kutcher约会、Cameron Diaz和Justin Timberlake约会的问题）

另一个我喜欢的开场方式就是，告诉她我注意到她了，但我想知道她究竟是一个怎样的人。

我发现这两种开场对我来说非常合适，不过你要记住重要的不是你说了什么，而是你怎么说的这些话。

确定在和女人搭讪时你不要表现的太高兴或者过分激动。保持脸上严肃认真的表情，保持从容带有神秘感的自信。

你的冷静和镇定会让她觉得轻松，也会让谈话变的自然。

*和女人搭讪并不是一件难事

不要担心你接近女人显得不自然或者你总想“偷偷地”出现在女人身边来搭讪。其实你搭讪时的有趣程度和能否得到她的注意才是更重要的。

很多人觉得向不认识的女人走去并开始讲话是件困难的事。在我最开始的时候我也这么觉得。

唯一的改变方法就是大胆去做。一直这么做，直到你克服了这个困难。这种恐惧感往往消失地比你想象中快得多。

记住，女人在你面前的自信都是你给予的。

所以你应该保有自己的自信。如果搭讪的女人对你表现得不友好，或者对你打枪，你所要做的只是离开她，再寻找下一个目标。坚持才是成功。

*表现得毫无兴趣

有吸引力的女人已经习惯于她周围的男人在她面前紧张、兴奋、对她有兴趣。

那么，试图表现得对她毫无兴趣就能立刻让你与众不同，和其他人立刻区分开。

这对女人非常有效。当然，她的反应大多是为什么你对她没有兴趣。

但是之后，她的下一步计划一般是试图让你对她产生兴趣。

换句话说，你已经把情况反过来了，现在是她在试图吸引你。

对此你有什么想法么?

女人喜欢你表现得毫无兴趣，这对她们来说是一种挑战。

这才是所谓的“追求”。

所以坚持这么做。

*练习要email和电话

正确的结束谈话就和正确的开场一样重要。

练习在3分钟以内要到你搭讪的每一个女人的email和电话。你会惊讶于你竟然能得到这么多email地址和电话号码，而且你每成功一次你下次都会更有信心，更容易走入新的成功。

第八章 如何达成次约会

8.1 如何达成第一次约会

首先，我想解释一下我的想法：我一般习惯用20到30分钟来了解一个女人是什么样的人，之后才决定是否真的深入和她来往、深入了解她。

我喜欢让女人陪伴着我，而不是一夜情似的寻欢作乐。

所以我喜欢约女人出来喝杯茶随便小聊一会，有时还会请她们吃饭。不过我的目的只是为了验证她们是否够格做我的朋友，而不是其他原因。我会表现出这个想法，让她们知道，并且观察她们的回应来判断她们是否通过我的验证。

8.2 女人总是把男人分为两类

我想，女人把那些和她们有关系的男人分为两种：可以发展成为长期关系的男人和性关系的男人。你需要做出选择，你到底希望自己成为哪类人。不过我仍然要提醒你的是，只要你和她有了性接触，你就可以把你们的关系发展成为长期关系，而且一切都在你的控制中。

相反，如果你们没有性接触而你还一直在请她吃饭、给她电话、追她，我想你永远都无法和她在一起了。

虽然不是所有的男人都这样，但大多数男人都认为他们在爱情游戏

中，总是止步于“获得某些他们想要的东西”。因为他们把自己放入了错误的一类人中，使用不恰当的做法。我遇到过很多女人，她们说，“我有这个男人给我买东西、带我出去玩，我也有另外一个男人作为性伴侣。”

我承认也不是所有女人都这么想。但是相信我，如果一旦你和你喜欢的女人进入了友谊区，你将非常难于脱身。而且这条友谊的道路上全是你付出的礼物和晚餐。

一定相信我。如果你为她做了太多的事，你不仅付出了大量的时间、金钱而且一无所得。

准确地说，我喜欢用email交流胜过电话交流。给5个女人发email大概能收到4封回信，而打出两、三个电话通常只有一个左右的回音。

我这样写email，“嘿，很高兴昨天晚上能遇见你。这周你有些什么打算？你有空来一起喝点什么，开心地聊聊吗？告诉我你的想法。”

如果她们不回应，我在几天之后再写，“嘿，玩欲擒故纵吗？好吧，考虑下我的邀请给我回信。”

一般这之后肯定能收到回信了。

当她们回信后，我说，“那么你的电话是多少，还有什么时间去接你？”

为什么我要这么做。当我给她们发电子邮件后，她们就会因为和我

互通过电子邮件，觉得我们的关系已经是朋友了。我不想解释这是为什么，虽然我花了2年半时间来确定这点。

在给你她们发email若干次之后，她们也不再会拒绝你的电话。我仍然不对这个做出解释。你只需要相信。

OK。那么现在，我已经可以和她们电话联系了（无论是因为我给她们发过email，让她们觉得我们已经是朋友了，还是因为我刚刚要到她们的号码直接打过去）。我通常喜欢和她们聊上半个小时左右，来了解她们到底是什么样的人，来确定我是否应该和她继续深入来往。

通常我会告诉她，我正打算去做些什么事（一方面提醒我自己有事要做，另一方面让她们知道我也是有自己生活的），然后问，“那么，你后面几天有什么计划呢？（我会根据她们的回答来做出一次约会邀请）那么我们明天下午四点出来见一面，怎么样？你知道那个某某某咖啡厅在哪吗？知道，那就好。之后我们还可以到哪里去吃餐晚饭。我觉得我们都会喜欢喝杯咖啡这种闲适的事情。不过，如果你不想来喝杯咖啡，那么我只好说，‘哦，呃，我刚想起来我还得帮我的猫剔牙。这么重要的一件事，所以我也没法赴约咯。’我们晚上再聊吧”

这总会让她们笑起来，不过也会让她们这样想，“这个总在测试我是否够格的男人到底是什么样的一个人？”这就达到我的目的了。

之后我会继续邀请，“那个咖啡厅离我家很近，你可以直接过来喊我。按下门铃，我就下来，我们再一起过去。这样的话，我就不用因为你的迟到左等右等了。”（这是我从一个朋友那里学到的方法。）

我会继续问，“我想问一下，明天你可能有什么事而不能来吗？<等她回答>因为我最讨厌的一件事就是被别人放鸽子。我可以忍受很多事情，但不包括被放鸽子。我总是守时，而且从来不会找个借口爽约或者根本不去。我只是想问清楚，因为如果我被放鸽子，我想我们之间不可能再有什么友谊和朋友关系。我实在讨厌放鸽子。”这么样，你就把她可能放你鸽子的问题解决了。

***下面就是杀手锏

当我们准备挂断这次电话时，我会说，“太好了，我想坐在一起聊聊天又可以让我更加了解你，当然是作为朋友。”

这句话的效力让我和我的一个好朋友想了很久才明白。不过从那之后，我就开始在女人面前表现出“我们只是朋友”，但我又“多么喜欢她成为我的朋友”，我是“多么高兴能够认识她这样一个朋友”。

相信我。这种态度一定会让她们疯狂、不知所措。

我想应该是因为她们生平第一次遇到这样对她们的男人。这似乎会触动她们自信心的按钮，让她们突然不确定她们自己是否足够有魅力吸引你。这同样也让她们在你面前卸下了所有矫饰和面具。（你必须在自己内心想着，我需要知道她们是否够格做我的女朋友，所以我先把她们当作朋友看待。只有你真的这么想，你才有可能让她们确实感觉到这种想法，否则我想这个方法根本无效）

我个人很喜欢在开始时用“朋友”来形容我和女人的关系，因为我觉得以这种关系开始不会让女人觉得你在追她，或者你对她有需求感。

和女人说我们只是朋友，总是提醒我注意我并不需要她，或者我不是为了追到她，这样我就可以更轻易地驾驭我们的关系。

8.3 当你们见面后

当她们按你邀请的，来到你的屋子喊你一起出去喝咖啡，和她们打个招呼，让她们进屋来小坐一会，等你一下，让你准备穿好外套和鞋子。然后和她们一起出去，你需要表现得你并没有兴趣多留她们在屋里多待一会，似乎你在急急忙忙披上外套就出门。大多数人总在这时对女人大献殷勤，想让女人在屋里多留一会。但正确的态度是，让她们觉得你并没有多少兴趣留她们在你房子里，你只想和她们出去喝点咖啡而已。

表现出一定的冷淡。

在喝咖啡时，继续保持你的自大和风趣的做法，和她开玩笑，保持距离、向后靠，然后以“朋友”的方式对待她们。

我以前在第一次和女人约会时，用笔迹分析、看手相、手部按摩等方法开始我的kino。不过现在我不再这样做了（我会在晚些再做这些事，不是一开始见面时）。

同样，我以前总是在最开始时就开始和女人频繁地身体接触。就像我说的，我会给她们按摩或是其他方式来触碰她们。总之我做这些的目的就是尽快kino到接吻的阶段。

不过我现在的做法是，尽可能多地向后靠、和她们保持距离，并且

不故意去碰女人。这么做带来一种效应就是，当我开始kino的时候，她们会有非常热烈的反应。有人把这种冷淡、不触碰女人的做法称为“建立潜在的反应”。

当然有时候我会抚摩她们的手，但我绝对不会太多触碰她们，或者做的太过。

我只是和她们坐着喝咖啡，就像我们是最好的朋友一般。当你把她们看做最好的朋友时，她们就会很快感觉到与你相处的惬意。当然我会找机会和她们开玩笑，取笑她们。整个过程中，我向后靠，并放松自己。我表现的冷静，放松，并喜欢对我们该如何成为朋友做出一些评论。

我知道绝对不应该对美女的相貌做出恭维和赞美。虽然有时候我可能会犯糊涂、忘记我的准则，但我总能在适当的时候提醒自己，为什么我不要这么做。我会在谈话中找出一些她们表露出来的缺乏安全感的事情，然后以朋友的身份和她说起这个。当然不要过于批判她们，而且不要这样说，“你不应该害怕这个。”我只是不停地提起她的这样的事，甚至拿这个开玩笑。

8.4 不要把第一次约会变成面试

很多读者给我写信问我，“我在第一次约会时通常怎么做？和女人应该聊些什么？如何让对话变的有趣？”，我觉得我应该讲一些关于这些的细节。

关于第一次约会，必须记着的一件事就是，不要把和女孩的第一次

约会变成面试。你不是去申请一份工作（对于她来说，也不是），所以不要让约会和面试一样，一个问题接着一个问题。

当我在餐馆时，我总是注意到周围一些人，显然是他们和女孩的第一次约会，看到这种笨拙的约会确实很有趣，他们几乎完全不知道该怎么做。我总听到这样的一些问题：

“那你是在这里长大的？”

“你在哪上学？”

“你有兄弟或者妹妹吗？”

“你平时喜欢做什么当作娱乐？”

太痛苦了。为什么他们在约会时却表现得如同在参加一份工作的应聘面试？这是约会的大忌。我总算知道了，为什么女人总抱怨在这个世界上多难找到一个有趣的男人。

那么我给你一条简单的规则：绝对不要问那些通常的无聊的平庸的话题，例如学校、工作、家庭等等，除非你已经无话可说了。你无话可说了吗，那你这次约会就基本game over了。

为什么？我来慢慢告诉你。

首先，我们先讨论下为什么大多数人总是一不小心就把谈话引向了这种无聊的话题。大多数人去第一次约会时，总在想“我不要把这次约

会搞砸”。换句话说，他们试图让这次约会比较平常，所以他们更倾向于谈论一些中庸平常没有风险的话题，这样不会因为女人不喜欢这个话题而冷场或者引起反感。

他们也总想把自己表现成“好人”的形象，他们会提到他们爱他们的家人，有一份好的工作，处事稳重等等。

这些人普遍认为，如果我表现得“好人”，请她们吃饭，讨论一些大家都在讨论的话题，也许我会比较幸运，得到她的好感、得到加分（或者更幸运的话，在约会结束时和她接吻，然后获得下一次请她吃饭的机会）。但他们却不知道这些话题几乎可以把女人无聊的哭出来。我不知道他们是从哪看到这种观点的，但是至少这不是一种有效的接近女人的方法。

女人不会被这种一遍又一遍的无聊的平庸的谈话所吸引。只有当你们的谈话富有激情、情趣、幽默、神秘感、自大风趣而且活泼时，女人才会被吸引。

所以，如果你希望得到女人的吸引而不是她们的无聊感，你就应该学习这种谈话的方法。你需要学着聊一些特别的东西。

不去谈论那些普遍的平常的事情，才能让对话变的有趣起来。

那么你自己想想，什么话题对于我们人类来说是最有趣的？没错，戏剧性的场面、暴力、丑闻和黑色幽默。这里就给出一些谈话的好的话题：

“看过《奥兹奥斯朋家族电视秀》吗？它都要成为收视率排行榜第一了。我想是因为大家都不满意自己的家庭生活，所以他们才愿意看这样的节目”

“我真的不相信Justin居然和Britney分手了。他们在一起是如此般配。我甚至以为他们会有一个长着金发、身材极棒的女儿呢。”

“你看过那个抓婚外情的电视秀节目吗？他们闯进一个人家里，然后把某人的妻子抓奸在床，这些都在全国范围的电视频道上播放出来，你喜欢这样的节目吗？”

这些话题都会瞬间让谈话变的有趣起来。这些话题中你可以谈论别人的神经过敏的反应或是不幸，也为你提供了各种展现自己的自大风趣的机会。你需要记住的就是，约会不是面试，你不是为了赢得她的好感而去参加约会的。如果你总想着去赢得她的好感、得到她的认可，或是总在谈话时试图避免她对你的否定，你会或多或少地表现出紧张、不自然、不安。这种紧张表现出来的越多，你就越无法在这次约会中成功的吸引住她。

这个问题确实很麻烦。换个角度来看：如果她开始问一些无聊的问题，例如学校、工作、家庭等等，该怎么办。我认为这是你的一个绝好的和她开玩笑的机会，“什么，这是工作面试吗？”或者说“难道不能谈论一些有趣的话题吗？不要进行这种无聊的学校-工作-家庭话题吧，让我免受痛苦。等到我们开始为我们的孩子取名字时再来讨论这个也不迟。”

下面就是一些对于谈话来说的不错的话题：

1.历史。女人喜欢听历史上某个地方的故事。如果你对所在的地方足够了解、而且这个地方也有有趣的历史，告诉她这个地方为什么叫这个名字，或者这座城市为什么会建造在这。如果故事与爱情或者丑闻有关，那是最好的了。

2.任何肤浅的有品位的甚至毫无意义的话题。你应该了解一点时尚，这样在讨论到这个话题时你就不会显得一无所知，而且可以拿这个和她开玩笑。“麦当那穿着的这么牛仔风格，是不是又要在时尚界掀起巨变？”

3.一些幽默的心理分析。给出一些疯狂的心理分析。“你知道吗，我想了很久为什么现在人们喜欢去邮局给别人寄明信片。我想是因为超级男孩（NSYNC）、布兰妮、后街男孩他们在电台中出现的太多的原因吧。”这种话题确实很有趣，你也该学着更有创造力一些。

你明白我的意思了吗？如果你想让她对你产生兴趣，你需要自己变的有趣。避免那些面试一般的无聊的话题。也许一些人看了这部分后，确实认为我说的有道理，但对他们来说并不是那么容易实现。确实。你需要花一些时间来学习，尤其如果在过去的25年里你一直在做同样的错误的面试似的约会。有一句话叫做，“亡羊补牢，为时不晚。”

记住，创造自己的吸引力不是你的选择，而是你必须要做的事。而且也许你无法在逻辑上理解何谓吸引。不过你需要花时间学习、练习，才能获得这种神奇的魔法。

8.5 适合约会的地方

我觉得有时和女人去一些有趣的地方、做一些别的事，比简单的聊天约会更为有效。

如果你不仅仅想和女人坐下来喝一杯咖啡，你可以考虑和她去逛街。我喜欢选一些卖时髦的东西的商店，这些地方总是有各种古怪而有趣的东西。它们会引发你一个又一个同样有趣的话题。

而且你需要知道，逛街并不意味着你需要买什么。

你可以去各种商店，只是为了和女人聊天。你甚至可以尝试装作闲逛，偏离正道、与她走远，这样同样可以表现出来“我并不需要你”的态度。

记住，逛街你并不需要花任何钱。

8.6 一次成功的约会的10个步骤

1.给自己暗示和潜意识：约会是为了测试她，看看她是否值得你继续深交，而不是为了追她。

2.过多的请吃饭和送礼物只会让你进入友谊区。你应该用自身的幽默风趣来吸引她，而不是用礼物。

3.用email和她联系，建立熟悉感。在通过几次email后，给她电话来确定约会时间。

4.在电话中，和她开玩笑，说她会不会是个古怪的人。这会微妙地反应出来，你是一个幽默有趣的正常人。

5.让她来你屋子喊你，“这样我就不会因为你迟到而左等右等”。而且，这种做法也会让约会之后带她回你房间更加容易。

6.使用“碎片测试（The Flake Test）”——问她是否会因为什么原因临时不能赴约，再约会前把这些问题解决好。

7.和她说“我们只是朋友”——告诉她，你只是想和她做个朋友，让她知道你没有更多的想法，也对她没有任何需求感。

8.让她感觉到，你只想和她喝杯咖啡，而不要没打算把她在你的屋子里多留一会。

9.在咖啡厅时，放松，把她当作你最好的朋友。向后靠，讨论一些有趣的话题，例如戏剧性的事情、暴力、丑闻、黑色幽默，表现得自大风趣。在这时你不需要赞美她，你可以晚些再这么做。

10.如果你打算多花一些时间和她在一起，你可以和她去逛街，去一些有意思的店。尝试在和她逛街时，不时和她走散，表现出你对她没有任何需求，也没打算粘着她。

第九章 来点实际的如何达成下一步

OK，继续上一章。当我们从咖啡厅出来，在回家的路上了（因为我说，“我们该回去了吧。”）。之后我们到了我的屋子。这是我最喜欢的事了。如果这时候是晚上，你可以看看表，说，“我明天得早起，不过我想，你还是可以过来小坐一会的。”

这太完美了。你这么和她说话，就像她想去你那里，你只是向她证明了你可以进来坐一会一样。而她并没有说任何话。（不知道你明白了吗，如果你不理解，你再读一遍这两段。）（译注：你应该表现得就像女人想去你那里但又不确定，你需要说“虽然现在很晚，但你还是可以进来小坐一会”，只是向她证明了，你是可以进来的。作者的意思是，在她去你房间这件事上，你不要表现得你想让她来，你邀请她来，而是她想来但不知道你是否欢迎，你说了这么句话只是证明了她的想法。）

之后我走进房子，让她跟着我。（再提一次，我总会为女人开门，走在人行道的外侧，为女人拉开凳子等等。）如果你表现出绅士风度，又同时与她开玩笑、表现出风趣，你绝对不用担心你会在哪个女人面前失败。

那么现在，我们在我的房子里了，我会带她四处走走，然后和她坐在我的床上或者沙发上，在哪都没有关系。然后我会表现的略微安静，而不像之前那么总是健谈、引起各种话题，当她讲话时我会安静地看着她。我仍然使用向后靠的方法，注视着她，不过也时常把视线转移一下，装做在思考什么事。

之后，我会靠近她，在她讲话时抚摸她的头发。先只顺着头发抚摩一下，看看她的反应。如果她没有不适或者反感，我会认为这是她发出的一个信号，我可以确信我们会在1小时内开始做爱了。（如果你不相信这个，你可以问问女人，当她坐在床上让男人抚摸她头发时，她到底是怎么想的。）

关于这个问题我也想过，它确实很让人疑惑。我以前总是为女人做各种按摩或者其他事来把我们引入性，不过现在我只做抚摸头发的测试。如果她们喜欢这种被抚摸的感觉，我想她们已经准备好和我做爱了。偶尔我也会进行一些手部或颈部的按摩，之后把她拉过来，抱紧她。然后又是我的杀手锏。

我个人喜欢闻女人身上的味道。当她躺在我边上，让我抚摸她头发时，我会开始闻她的肩膀。开始比较小心地进行我的动作，之后慢慢放开，同时一边抚摸她的头发。大概在5或10分钟后，我开始转向她的脖子和耳朵。不吻她，也不摸她。我只闻她身上的味道，然后向后靠，表现得我只是在享受她身上的香气，不过这确实让我放松。你可以尝试一下这个，当你一直这样做，很快她就开始忍耐不住，你几乎无法相信这种做法有如此魔力。在某个时候，她开始试图吻我，这正是我在等待的信号。我会让她的嘴唇接近我，甚至让她轻吻到我，不过我会立刻闪开，继续闻她身上的味道。我可能会说，“喔，你是不是太急了”。我太喜欢这种感觉了。在这样几次之后，我会吻她，浪漫的一个吻，然后继续抚摸她的头发。重复。这种调情正是女人所喜欢的。

之后，我会停下来，等她们做出点表示来继续后面的事。例如当她

开始疯狂吻我，或者紧紧抱住我等等。

只要我有耐心，女人一定会先做一些事来开始你们的性爱。这是关键点，因为女人天生就富有侵略性。

也许我会在口头上有些表示，例如说，“你为什么不告诉我，你想要。”

当我写下这句话时，我自己都在笑。这感觉实在太好了。

也许第一次你这么对她说，她会说，“不，不。我才不想求你呢。”我只说，“那好吧。”……

然后我翻开，自己躺在一边，把视线移开她。这通常会让女人开始想，到底怎么了，她会主动凑过来，继续抱着我、吻我等等。

我继续深深地吻她，在她耳旁吹气，做一切该做的事。当她再次忍耐不住，我明显听到她开始急促的呼吸和心跳时，我再说，“你可以告诉我，你想要我。”

你明白了吧。我会一直重复这个，一直到她说，“好吧，我要你”。

那么对于这之后的事，如果你有什么不明白的，我想你应该去看看Graham Masterson的<How to Drive Your Women Wild In Bed>或者Susan Bakos的<Sexational Secrets>。

引向性爱的7个步骤

1.当你们再次回到你房子时，说，“我明天需要早起，不过我想，你还是可以过来小坐几分钟的”，然后带她迅速地在屋子里逛逛，之后坐在床边或者沙发上。

2.开始“抚摸测试”——一边聊天，一边开始抚摸她的头发。如果她没有反感，那么今天晚上你有戏了。

3.靠近，闻她的肩膀。然后拉她过来，紧抱她。重复这个。之后开始闻她的脖子和耳朵。

4.继续这种升温，不过直到最后才吻她。记住当她想吻你时，你可以回避开，然后揶揄她，“不要这么着急”。

5.对她说，“你可以告诉我，你想要我”，等她开始下一步。

6.如果她说“不”，你躺在一边，把视线转移开，不去看她。这会让她主动过来讨好你，当她来讨好你时，继续刚才的动作，让感觉升温。

7.吻她，在她耳边吹气等等，让她更兴奋（如，呼吸加快，心跳加快等等），然后让她说“我要”。

第十章 保持她对你的吸引力，如何维持长期的关系

结束时才是新的开始

当你明白了该如何吸引女人，你就会迫不及待地去寻找一个你有兴趣的女人。

也许是一个你会真正爱上的女人。

也许是一个不会在你身边待上多久的女人。

也许是一个让你余生与之共度的女人。

因为这本书里我几乎写都是如何吸引女人，我想再简单的谈谈如何在较长的一段时间里保持你对女人的吸引力。

首先，我对于感情转变的个人观点：

当你开始和你喜欢的人约会时，身体会释放出某种让人兴奋、陶醉的化学物质。这些化学物质会让你想任何时间都和那个人在一起，可以花整个晚上时间和她们聊天，和她们做爱、一天三次。

但是在12到18个月后，这些化学物质改变了。让人兴奋的化学物质转变成了让人寻求稳定感的化学物质。那些“想任何时间都和她在一起、每天做爱三次”的感觉消失了，而“让我们结婚、生两个孩子、买

辆小车”的感觉取代了它。正视它。（如果你想更了解这个转变的过程，你可以看看Theresa Crenshaw的<The Alchemy of Love and Lust>。）

既然你知道了这个过程的变化，那么你如何阻止它的变化，如何让热恋继续保持而不是转变为寻求稳定的婚姻关系?

最简单的答案就是，保持有趣、让人无法预料的行为。注意每一个细节。做一些体贴的事。

我对生活有这样的感悟：如果你希望获得的比给予的多，那么你应该去炒股。在人和人的关系中，这不会发生。事实上，如果你希望获得很多，通常你需要付出更多。

大多数人都自私，总是在说，“我不会给予的比获得的多。”但是，他们往往相反，他们一无所得，除了一点点变老和一直的不开心。我认为，慷慨地给予才是带来丰厚回报的唯一方法，而慷慨是指你不要计较到底给予了多少而又收到了多少回报。慷慨给予才能带来丰厚回报，而患得患失、不肯付出，你是根本无法收获什么的。

感情和投资不一样。如果你想有大量收获，你需要习惯于付出。在最后你一定发现这种付出是值得的，因为爱、关心、幽默和风趣这些和钱不同。当你给予别人爱、关心、幽默和风趣时，你自己却没有减少这些。相反，你拥有了更多这些东西。明白了吗?

你读完了这本书，你应该和我当初领悟到这些东西时的感觉一样。你应该会因此感到兴奋。

那么再为你准备一些课程。

如果你还打算继续学习一些其他方面或者更深入的知识，我想你可以看看我的其他书籍或者节目。它们都是以这本书的内容为基础，展开或深入介绍我的观点，或是向你展示一些如何从最初认识女人到和她们SC的技巧和捷径。

*约会大师访谈

这个节目是关于我和另一位约会大师的谈话，每月一期。你可以订阅它，并可以免费获得最开始的两期节目。更详细的情况，和一些试看的片段你可以在这里找到：

www.doubleyourdating.com/interviewseries

*性交流

这个关于性交流的节目会带你进入一些幕后的话题，教会你在性方面最隐秘的语言。一但你学会了这种语言，并且知道如何有效的使用它，你必然能更快地吸引女人，也许你根本无法想象它有多么有效。你会知道一些你从来不知道的关于女人的事情，为什么她会这样反应，为什么她会这么做。如果你想成为约会方面的个中高手，这个节目一定是你不能错过的。这里有更详细的信息：

www.doubleyourdating.com/sexualcommunication

*高级约会技巧CD/DVD

如果你想在女人面前更成功，我想你应该花时间学习一下我的“高级约会技巧”。这个节目包括长达12小时的节目，包括CD音频和DVD视频，在其中我讲授了我个人约会女人的一些秘密方法。这个节目中包含了大量令人惊讶的观点和想法，还有关于如何约会一步一步的详细指导。关于细节和免费的音频视频片段都可以在这里找到

www.doubleyourdating.com/advancedseries

谢谢！

希望你成功！

（全书完）